F. de Hurtado
.1573.

T. S. D.



AVISO DE SANIDAD QVE TRA
ta de todos los generos de alimentos, y del regimiento de la sanidad, cōprouado por los mas insignes y graues doctores. Hecho por el Doctor Frācisco Nuñez de Coria, natural de Casaruuios.

Dirigido al muy Illustre S. Doctor Martin de Velasco, del Consejo y camara de su Magestad.

En Madrid, por Pierres Cusin, Año. 157

Esta tassado en tres reales y medio.

fo.1a plana lin. por diga fo.2.pa.1.li.9.en diga,con fo.3.li.5.llanco dig.blando fo.7 pla,1.li.1.Alhabas dig. Alhabbas,ho.8.pa.2,li.fin.a la di,y la.ho.15.pla.1.li.fin, accidentalmente para,di.accidentalmête son para. ho. 26.pla.2.li.8.Auenzor dig. Auenzoar, ho.28.pla.1.li.3 nutrimentos di.instrumetos ho.38.pla.1.lin.1.olorosos, di.olorosas ho.38.pla.1.lin. fi.mas di.mala ho.42.pla.1 li.9.1.de las di. 6.de las ho. 48.pla.1.li.22,bueyes dig. viejos,ho.50,pla.2.li,17.polu ora di.poluos ho.51.pla.1. li.10.camello di,cauallo ho. 56.pla.1.li.7.cozer di.prepa rar.ho.57,pla.2,li.17.los pa lominos di.las palomas ho. 62.pla,1,li.1, Auiuena dig. Auicena ho,70.pla.1,li.12. carduallium di,carduellium ho.74.plan.2,li,1.humidas di,medias ho,81,pla.1.lin,1 lugares dig,higados ho,83, pla.1 li.2.cap,46.di,ca.146 li,9.gustoso di,aguoso ho.84 pla.1,li.fin. cosas di. carnes ho,91.pla,2.li,9, fueron di. fueren li,10.allegaran dig. allegaren ho.92 pla.2,li,17 asdos di.assados ho.93,pla.1 li.19.vien.di.vientre ho.95 pla.1.li,1 enel cap.di,enel,3

cap.ho.96.pla,1,li.6.de muger.de borrica di.de muger. de cabra, de borrica.ho.98 pla.2,li,21.mas di.mal ho, 102.plan,2,li.8.fumosinad di,fumosidad ho,104.pla.1 li.8.dende di,donde ho.108 pla.1,li,10,diutericas di,diureticas ho.112 pla.2.lin,20 se queden y andan di,se sacuden y andan ho.113,pla.2, li.17.capitulo.17, di:cap.7. ho.120.pl.1.li,5,humidades di,humidas pla,2, li.7.antiguallas di,anguillas ho.122 pla,1.li pe,descierden di.desciendan,ho.125, pla.1,lin.4 texta di,testa pla.2,li.1.triuie di,triuiç ho,126,pla,1,li. 12,y en ella di.y ella ho.127 pla.1,li.5,deuenos di. deuemos ho.128 pla.2,li.2.loar di.olor,li:7,3 r,di,30,ho,130 pla,1,li,3,fueran di,fueren ho,131 pla,2,li,21.a yeruas di,a las yeruas ho, 136,pla,1 li,pe,por el tiêpo y frialdad humidad di,por la frialdad y humidad ho,140,li,2 pla, 20, frios di, frias ho: 145, pla.2: li, 10, mueuan di, mueuen ho,150, plan,2,li,1 abrê di,abre li,4:mesado di, majodo ho,151, pla,1,li,12, agineta di,Aegineta ho,153 pla,1,li acozer di,o cozer pla,2, di,las ho:154,

pla,1.li.4,li.12.di.21.ho.156 pla.1,fin.mutas,di.multas, ho 156 pla.2.li. 19.cõtirpa tiua.di cõstipatiua.ho. 160 pla.1.li.1.e Almâsor,di a Almansor,ho.170.pla.2..li.21 crada,di cruda.ho.172.pla. 2.fin.conuienen,di cõuiene ho.173.pla.2.li.8.de comer di.se comen.ho.176.pla.1.o. se tornẽ,di.le tornẽ.pla.1.li. 9.dañoso, di, dañosa. ho. 177.pl.1.li.2,ca.61.di,c.611 li.4. humidas del.di,humidos en fin del.ho,178 pla. 2, li.9.loadi.los.182.pla.1,fin, Yabbi di. Rabbi.ho.184. pla.2.li.14, basta para en di, basta en,ho.187.pla.1.li. 8. inflamaciõ di,inflacion.ho. 188,pla.1.pe.en algũa quãdi,en quan- ho.191. pla. 1. pen. manjares di, maneras, ho.198.pla.2.li.1,tratado di tractado.z.ho.199.pla,2,li.1 porque las q̃ di,las q̃ li.9.facil digestion di,facil digestiõ ho.200.pl,1,li.6.ardor di,dolor.pla, 1.li.1. enmo di, como.ibi. mas tiene di,mãtiene.ho.207.pla.2.li.18.de calenturas di,de largas calentu ras.ho.208.pla,1.li.2.fino o matan di,fino q̃ amatan,ho. 209.pla.1.li.6.cil digestiõ di, cilẽ digestiõ,ho,212.pl.2,li. 15.orifico di,orificio.ho.214 pla,2.li.pen.detencia di,detienẽ ho,215,pl.2. li.11. cõ sorta al di,cõforta algo al.fo, 216,pla.2,li.4.estan di,estas ho.220.pla.1.li. 12. de yuso di,de suyo,ho,225,pla,1.li,1 y conuiertense di,conuiertense.ho,225.pla:2,li,1,ester nescencia di, efferuescencia ho.230.pla.2,li.4,y que di, y a que,li.9, cay, di cae,ho, 233,pla,2,li.6.7.barberos di, barbaros.li.5.espesso,a sapa, di, espesso, sapa,ho. 234. pla.1,li,22,alimentis di,alomenos,pla,2,li,1,deñosa dig, dañoso.ho,236,pla.1, li, 16 superbo di,superfluo,ho,238 pl,1,li,6:apio di opio,ho,240 pla.2,li,4,facultad di,difficultad pla,1.li.6.Bimsaui di,Bimasui, ho,242,pla,1, fin.el dolor di,al dolor,fo,242 pl,1 li,6,duras di:duros.pla.1,li. 8,part,di,primi,ho,248, pl, 1.li.1, part; di, primi, pla.1.de mal di:del mal:pla. 1:li:7,considerada di:cõmensurada:li:20:sosa di:sola li:23 pte di:primi:ho:249:pl:1:li. 2:razen porque di: razon es porque:li:8:enfria di:enfriã ho:250: pla:1:li:10:11:prime ra:quarta:del tercero tracta do:cap:decima quarta del tercero tractado terçero ca:ho, 254.pla:1:li:1;bene di beue: ho:255:pla:li:13:allimanada di:y aliuianada:ho,264:pla: 1:li,10

li.10,color di,color delas ho jas.li. 22. sufren toda la di, sufren la,ho.:71.plasli.6. Galeno de di,Galeno.3. de pag.2.li.10, caña los di,caña de los.ho, 272. pag.1,li. 6.vnas di,vuas.ho, 275.pa. 1.li.16.drafanos di, diafanos,ho.:76.pag.2.li.2.subtileza di,subtiliza.ho.28:. pag.1.li.18. assi di, a si,ho. 283.pag,1.li. 18, estuuiere calida di,estuuiere mas calida.pa.2.li.21, debilita el la di,debilita la,ho.287.pa.1. li,12;pardir di,paidir.li.14 petrasano di, petra fanno, pag.2.fin .sossiegue di, sossiego:88.pa,2,li.6,& di,est, 290.pag.li.15.tricacion di, fricacion.ho.291.pa.1.i.3, Nollibus di, Mollibus:pag. 1.li.5. libide di, libido. ho. 293.pa.1.li.16.cuius di,coili.17. inuenitus di, iuuenibus.ho.294.pag.1.li.pen. Aristo.el di, Aristo.enel.pa 2.li.13. presto abreuia di, presto vejez abreuia,li,16. el frequente di, por el frequente,ho,296.pa,1.li.10. commentario di, cõmento. pag.2,li.4.principio di,primero,ho.301.pa,1:li.1,a despues di,o despues, ho,304: pa,1,li.2,regumento di, regimiento,ho,105.pa.2.li,8 medicalibus di, medicabilis ho,107.pa,1.li:8. dist.128,di differ.128,ho,311,pa,2,li, 16,tanto el di,tãto enel,ho. 312.pa,1.li,20. crio solamẽte di,rio cessassen,y solamẽte,ho,313.pa,1,li,6,que calor di:que el calor,ho,314. pa.1,1:hizo di,haze,pag,2,li, 2,ni qual di:ni a ꝗl: ho,315: pa,2:li:8: de tercero di:del tercero:ho:316.pa:2:li:14: si la di:si le:ho:319:pag:1.li. 18.y esto mismo hizieron lo di:esto hizieronlo.

FIN.

YO Domingo de çauala escriuano de Camara de su mageftad,de los que residen en el Consejo, doy fee ꝗ por los señores del Consejo, fue tassado el libro segundo,de auiso de sanidad,que tracta de los alimentos, que hizo el Doctor Francisco Nuñez de Coria,cada volumen en papel,en tres reales y medio,con que no se pueda vender sin que primeramente se ponga esta tassa,enla primera hoja del dicho libro. En fee de lo qual lo firme de mi nombre. Fecha en Madrid a quinze de Septiembre, de mil y quinientos y setenta y dos años.

Domingo de çauala.

POr quanto, por parte de vos el Doctor Frãcisco nuñez de Coria, nos ha sido hecha relacion, que vos auiades cõpuesto tres libros, el vno sobre los Affo risinos y Epidemias de Ypocrates, y sobre las euacuaciones vniuersales d̃ todo el cuerpo, y el otro sobre todas las enfermedades q̃ fatigã el cuerpo humano, ansi enlo interior, como en lo exterior, en los quales auiades gastado mucho tiẽpo y puesto mucho trabajo, suplicãdonos, atẽto el prouecho q̃ dellos se seguia vos diessemos licencia y facultad para q̃ por tiẽpo de veynte años los pudiessedes imprimir y vẽder, sin q̃ otra persona algũa lo pudiesse hazer sin tener para ello poder vr̃o, o como la nr̃a merced fuesse, lo q̃l visto por los del nr̃o cõsejo, por quanto enlos dichos libros se hizo la diligencia q̃ la prematica por nos agora nueuamente hecha dispone, fue acordado q̃ deuiamos mãdar dar esta nr̃a cedula para vos en la dicha razon, y nos tuuimos lo por bien, y por la presente vos damos li

cēcia y facultad, para q̄ vos, o quiē vr̄o po
der ouiere, podays imprimir los dichos
libros q̄ de suso se haze mēciō, y para q̄
por tiēpo de diez años primeros siguien
tes, q̄ corrā y se cuentē desde el dia de la
data desta nuestra cedula en adelāte vos
el dicho Doctor Francisco Nuñez, o la
persona que el dicho vuestro poder ouie
re, pueda imprimir los dichos libros, y
mandamos que persona alguna sin vue
stra licencia durāte el dicho tiempo no
los pueda imprimir ni vender, so pena d̄
de perder todos los libros que ouiere im
presso, y mas veynte mil marauedis pa-
ra la nuestra camara. Y mandamos que
despues de impresso no se pueda vender
ni venda, sin q̄ primero se trayga al nue
stro consejo, juntamente con el original
que enel fue visto, q̄ va rubricado y fir-
mado al fin del de Domingo de çauala
nuestro escriuano de camara de los que
residen enel enel nuestro consejo, para q̄
se vea si la dicha impression esta confor
me al original, y se tasse el precio porque
se ouiere de vender cada volumen, so pe
na

na de caer, e incurrir en las penas contenidas en la dicha prematica, y leyes de nuestros reynos, y mādamos a los del nuestro consejo, presidente, y oydores de las nuestras audiēcias, alcaldes, alguaziles de la nuestra casa y corte, y chancillerias, y a todos los corregidores, assistente, gouernadores, alcaldes mayores, y ordinarios, y otros Iuezes y Iusticias qualesquier, de todas las ciudades, villas y lugares de los nuestros reynos y señorios, y a cada vno en qualquier manera, ansi a los que agora son, como a los que seran de aqui adelante, que vos guarden y cumplan esta nuestra cedula y merced que ansi vos hazemos, y que contra el tenor y forma della no vayan ni passen, ni consientan yr ni passar por alguna manera, so pena de la nuestra merced, y de cincuēta mil marauedis para la nuestra camara. Dada en Esperança, a veynte y nueue dias del mes de Nouiembre, de mil y quinientos y sesenta y ocho años.

YO EL REY.

Por mandado de su Magestad.
Antonio de Erasso.

¶ 4 Don

DOn Phelippe, por la gracia de Dios Rey de Castilla, de Leon, de Aragõ, de las dos Sicilias, de Ierusalem, de Nauarra, de Granada, de Toledo, de Valencia, de Galizia, de Mailorca, de Seuilla, de Cordoua, de Corcega, de Murcia, de Iaẽ, Conde de Fandes y de Tyrol, &c. Por quanto por parte de vos el doctor Francisco Nuñez, nos ha sido hecha relacion diziendo, que vos aueys compuesto vn libro en romance Castellano, intitulado auiso de sanidad, el qual era muy vtil y prouechoso, suplicãdonos os diessemos licencia para lo poder imprimir y vender, o como la nuestra merced fuesse. Lo qual visto por los del nuestro cõsejo, por quanto enel dicho libro se hizo la diligẽcia que la prematica por nos agora nueuamente hecha dispone. Fue acordado que deuiamos mandar dar esta nuestra carta para vos en la dicha razon, y nos tuuimos lo por bien. Y por la presente damos licencia y facultad a qualquier impressor destos nuestros reynos, para por esta vez pueda imprimir el dicho libro

bro, que de suso se haze mencion, sin q̄ por ello cayga ni incurra en pena alguna. Y mandamos que la tal impression se haga del dicho libro original, que va rubricada cada plana, y firmada al fin del de Domingo de çauala nuestro escriuano de camara de los que residen enel nuestro consejo. Y que despues de impresso, no se pueda vender ni venda el dicho libro sin que primero se trayga al nuestro consejo, juntamente con el dicho original, para que se vea si la impression esta conforme a el, y se tasse el precio a que se vuiere de vender cada volumen, so pena de caer, e incurrir en las penas contenidas en la prematica y leyes de nuestros reynos; e no fagades ende al. Dada en la villa de Madrid a doze dias del mes de Abril. de 1570. años.

El Doctor Pero Gasco. El Licenciado Atiença. El Doctor Durango. El Licēciado Fuēmayor. El Licenciado Iuan Thomas.

Yo Domingo de çauala escriuano de camara de su Magestad, la fize escreuir por su mandado, con acuerdo de los del su consejo.

¶ ſ Al muy

AL MVY Illuſtre Señor Doctor Martin de Velaſco, del conſejo y camara de ſu Mageſtad. El Doctor Frãciſco Nuñez de Coria.

MVY ILLVSTRE Señor. Eſpeculando y reboluiẽdo en mi intellecto, a quien pudieſſe dirigir, e intitular eſte mi peq̃ño trabajo, no pude caer en perſona con quien mas me pudieſſe auentajar, que es con V.M. por muchas y efficaces razones, tomadas de vueſtros heroycos meritos y proezas, de las quales como quiſieſſe ſacar lauor para poderme aprouechar en eſta mi pequeña y humilde empreſſa, repentinamẽte me vi priuado de toda eloquencia, pues claramẽte vi, que

pa ra

para poderlas contar por extenso, era intentar materia, a la qual mis fuerças por muchas que fuessen no pudiessen cō gran parte yguelar, y por ende temiendo no me acaesciesse como a Icharo, q̄ queriendo bolar en muy alto, cayesse cō mis alas derretidas en el profundo pielago de vuestras proezas, por esso no ose estender mis plomas por este llano. Mayormente que ninguna cosa puede mi ingenio machinar, ni mi pluma delinear sobre tal caso, que no sea muy mas notorio y manifiesto a todos, que por ella yo pueda referir, porque a quien es occulta vuestra illustre y antigua prosapia, y clara descendencia? quien ignora vuestros grandes meritos y claras virtudes, sabiduria y prudencia? vuestra raraabilidad? perspicaz, juyzio doctado de doctrinas y exēplos? Da testimonio notorio la muy insigne vniuersidad de Salamanca, adonde con tanto aplauso fuystes principal professor de derechos, Derrama vuestra fama y loor el Real

sena-

ſenado de la audiencia de Granada, a dõ de fuyſtes tan preminente Oydor, aprueualo y echa el ſello nueſtro inuictiſsimo Rey Philippo, pues os eligio entre los mas auentajados de ſus prouincias por vnico Conſultor de ſu camara, porque no hallo perſona en quien con juſto titulo pudieſſe caber tal preminẽcia, pues conoſcio en vos diſcrecion para el gouierno y pacificacion de ſus reynos, firme conſejo para la pugnicion y caſtigo de los rebeldes y tranſgreſſores, proeza e induſtria para acometer los enemigos de nueſtra ſancta Religiõ, lo qual no fue ſin eſpecial deſtino de Dios, en cuya mano (como dize Salomon) eſta el coraçon del Rey, y le mueue a hazer ſu voluntad porque vio que anſi cumplia al gouierno y ſoſsiego de ſu fiel republica Chriſtiana, y porq̃ os quiſo premiar vueſtras virtudes (pues como dize Ariſtoteles) el premio de la virtud es el honor, y fue, y es muy neceſſario que anſi fueſſe, porq̃ a eſte exemplo, los hombres trabajen y ſe

den a la virtud (pues como dize Cicerõ) El honor cria las artes, de aqui es que todos se enciendẽ para los estudios. Tuuo mi atreuimiento y osadia entrada para V.M. por dos causas, la vna porq̃ tome por medianero a vuestro muy illustre y esclarescido consuegro dõ Frãcisco Chacon, señor de las villas de Casaruuios, y Arroyo de Molinos, de quien yo y mis passados fuymos vassallos y criados, de la qual tan acertada y competente affinidad el rey, y toda la corte se holgo, y sera, mediante Dios, para que de tal matrimonio resulte vna familia muy señalada y requerida de los mas illustres de España La otra, porque como yo viesse, que dende vuestra niñez y juuentud entẽdistes en este sacro exercicio de letras y sabiduria, por el mismo caso no desdeñariades acceptar este mi pequeño dõ, alforjado de mis estudios y trabajos, en el qual hallara V.M. vn emporio y diuersidad de cosas, pertenesciẽtes para la conseruacion dela sanidad. Hallara ni

mas ni menos,el vſo y orden y manera de tomar los majares y acoſtumbrar los baños y exercicios,finalmente todas aq̃llas coſas q̃ ſon conuenibles al regimieto de la ſanidad,comprouadas con la autoridad y eſperimentos de los mas doctos varones dela medicina.Dexo a parte muchos ſecretos de los manjares para particulares enfermedades muchas ſentencias philoſophicas,dignas de contemplacion que ſe tocã de paſſo. Reſciba pues agora V. M. eſte pequeño don, teniendo mas reſpecto a la intencion y voluntad de quien le offreſce, que no de lo q̃ el es, pues en eſto offrezco todo lo q̃ puedo, ſo cuya ſombra y amparo yo me aluergo y tomo oſadia de ſacar a bolar eſta nueua cria,temeroſa de ſer tocada con la ſaeta enheruolada de las malas lenguas. Cuya muy illuſtre y ſubliniada perſona y eſtado nr̃o ſeñor proſpere,alargue,conſerue por muchos años.

Vale.

Prologo.

QVE del vſo del buen regimiento, y buenos y loables mãjares reſulte buena cõplexion, y de la buena complexion, buen entendimiento, del qual procedẽ las buenas coſtumbres. Dixolo el Galeno en muchos lugares, eſpecialmente en el ſegundo de ſanitate tuẽda diziendo. Que anſi como el niño q̃ de ſu complexion naſce templado, pero por criarſe en ocioſidad y regalo, y con manjares diuerſos, y a las vezes contrarios, ſe corrompe ſu naturaleza, y ſe haze vicioſo y deſenfrenado Anſi por el contrario el que naſce de complexiõ y naturaleza vicioſa, e inclinada a mal, con el buẽ regimiẽto y tẽplado exercicio, buelue ſu naturaleza en mejor. La razon es, porque del buen manjar, ſe engendra buena ſangre, de buena ſangre, buena complexion y contextura, de donde procede el buen entendimiento y buẽ juyzio, y dende buenas coſtumbres. Por lo qual dixo Ariſtoteles. La bõdad del tacto, arguye bondad de carne. La bõdad de la carne, arguye bondad de complexion, la qual arguye bondad de entendimiento. Por el contrario del duro tacto, ſe arguye dura carne, de la dura carne, mala complexion, de la mala complexiõ, mal entendimiento, inclinado a malas coſtumbres, e injuſtas obras. Y eſta manifieſto, que la buena carne y tacto, procedẽ del bueno y loable mãtenimiento, y el duro tacto y carne, del mãtenimiento malo y duro de digeſtiõ. Y porende el diuinal Galeno eſcriuio vn libro intitulado, q̃ las coſtũbres del animo ſiguẽ la cõplexion y naturaleza del cuerpo, y anſi lo prouo, y anſi lo vemos que el de complexion templada, qual es el ſanguino, es de buen entendimiento y juyio, y es alegre, y no malicioſo, y no mañoſo, antes juſto y loable. El colerico

es

es osado,veloz,agudo,sutil ingenioso,facilmente se ayra y aplaca, el melancholico natural es prudente,astuto, no facil alterable,cauilloso, engañador,triste,seuero,q̃ guarda la injuria mucho tiempo. El flematico,tardo desgraciado,frio,affeminado,d̃ gruesso ingenio y juyzio. Por lo qual comunmente dezimos, al que facilmente se enoja, que es vn colerico, y al que anda seuero,y triste,que es vn melancholico y tretico. Al alegre y liberal, que es sanguino de buena complexion. Al pesado y prolixo, que es vn pedaço de flema,por lo qual como de los mantenimiẽtos caliẽtes se enciẽda la colera. y dela colera ansi encendida se despierte la yra y coraje,siguese q̃ del tal alimento se corrõpan las costumbres.Itẽ como d̃l mãjar frio y seco, gruesso, se engendre melancholia,siguese que los hombres se bueluan tristes,temerosos de lo por venir,y porende son timidos,auaros. Item como d̃l manjar frio y humido se cause flema,hazense los hombres tardos, perezosos,

ẑoſos para qualquiera obra, de donde ſe ſigue corrupcion de las buenas coſtumbres, pues la yra es contraria a la paciencia y ſuffrimiento, la auaricia a la liberalidad, la peréza a la diligencia. Empero como del bueno y templado mantenimiento ſe cauſe ſangre buena, y humores moderados, hazenſe los hombres juſtos, buenos, nobles, y por eſſo dize el refrã comũ, cõ quiẽ paſces, y no con quien naſces, ſentencia a mi ver concluyda de los muy altos ſabios y Philoſophos, para dar a entender, que apaſcentandoſe y criandoſe de buenos y templados alimẽtos, proceden las buenas coſtumbres, y el deſſear ſer caſtos, y ſeruir a Dios por el contrario, de criarſe en mucho ocio y regalo, mucha abundancia de manjares, procede d'ſſeo de luxuria y coſas torpes, de donde ſe cometen atroces y facinoroſos deli&tos. Por lo qual, como de los muchos y diuerſos manjares dados por mal orden, no ſolo ſe ſiguia daño y perjuyzio al cuerpo. Empero tãbien al animo pro-

mo prouocādole a malas y funestras cō stūbres, quise ordenar este tratado del regimiento de las seys cosas q̄ dizen naturales, quales son la beuida, comida, el exercicio, el vaño, el sueño, e vigilia, el vso venereo, passiones del animo, como son yra, gozo, tristeza, temor, osadia, Desto postrero no quise tratar. Lo vno, por q̄ me parescio que la tal materia tiraua mas a moralidad que no a medicina. Lo otro por estar occupado en cosas familiares, y basta residir en corte para no poder tener oportunidad para semejantes obras, mayormēte el q̄ tiene por su industria de adq̄rir las cosas necessarias, y resistir a las assechāças y cautelas de aq̄llos, cuyo estudio no es sino astucias y lisonjas, con las quales cosas atierrā y derruecan, y abaxan las buenas letras y estudio y atraen a si los animos, ansi de los illustres, como dela plebe. Finalmēte, el estudio de todos en comun, es llegar bienes temporales, riquezas, mayorazgos, aplauso de todos, accomodandose, y sujetandose

dose

dose a ellos, ganandoles las voluntades. Y finalmente buscando esta gloria mundana, dela qual dixo el Geleno. eñl principio del septimo de la therapeutica que aprouecha poco a los biuos, y ninguna cosa alos muertos, no alos biuos, porque dixo q̃ buscandola oluidan de especular, o cõtẽplar en sciẽcia, o sabiduria adõde esta la verdadera felicidad, como tãbiẽ lo dixo Aristo. enel lib. đ morte ansi. *Qui inuenit philosophiã inuenit vitã in vtroque seculo.* q̃ el q̃ halla philosophia halla vida eneste y enel otro siglo. E dixo enel lib. de Fortuna bona. *Nihil melius sciencia præter Deũ,* Dize q̃ fuera de Dios y de sus cosas, no ay cosa mejor q̃la sciẽcia. No aprouecha tãpoco a los muertos, porq̃ su ganãcia y vanagloria murio con ellos. Ansi lo dixo el rey y propheta David. *Dormierunt somnum suũ viri diuitiarum & nihil inuenerũt in manibus suis.* Durmieron los varones de las riquezas su sueño; despues se hallaron sin nada en sus manos. No quise dexar de escreuir,

 da

aunque mas detractores y mordaces hu uiesse, porq̃ como dixo Aristot. enel primero de los Topicos, *Quodlibet contraria opinionibus sapientis asserente solicitum esse stultū est.* Dize, que es necedad y locura congoxarse el hombre, porque qualquiera affirme lo que es contrario a las opiniones de los sabios, Especialmēte, que ninguna cosa ay de la qual no se murmure, como paresce por vn Apologo adonde se refiere. Que yendo vn padre y vn hijo a vna feria a vender vn jumento, por no cansarle, porque llegasse a la feria de suerte que parescielle bien para venderle, no quisieron subir enel, los que los topauan llamauanlos de apocados, que se querian antes cansar y fatigar, que no subir en vna bestia que crio Dios para yr en ella. Oyendo esto, hizo el padre subir al hijo, y como se topassen cō otros, empeçaron tambien a murmurar diziēdo. Mira que necedad yrse el viejo a pie, y vn moço que pudiera caminar a talon todo el camino sin detrimēto yrse cauallero.

Oyen

Buelve vna hoja

¶¶¶ uer

Tractado del vso de las mugeres.

Oyendo esto el padre, apea el hijo, y sube el, y como se topasse con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo, q̃ era consciencia q̃ vn hõbre tan grãde se fuesse cauallero, y traxesse tras si acesado vn moçuelo. Oyendo esto subieron entrãbos eñl jumẽto, toparõse cõ otros, los quales empeçaron a maldezirles, diziẽdo q̃ matauã aq̃lla bestiezuela yendo dos caualleros eñlla. Oyẽdo esto, toman su jumẽto y lleuãle a cuestas y echanle enel rio. Ansi, q̃ viẽdo que de qualquier modo q̃ vn hombre escriua, o haga otro qualquier exercicio de virtud, nunca falta de q̃ asir para detratar, acorde menospreciar todo lo q̃ los ydiotas, e inuidiosos pudiessen d̃tratar, pues tenemos por exemplo a nuestro saluador, el qual por la justicia y verdad fue murmurado y desamparado, y al fin crucificado, cuya verdad queda y quedara para in ęternũ. El qual juntamẽte, con el padre, y el espiritu sancto reyna, y reynara, para siempre jamas.

TABLA DEL libro primero de auiso de sanidad, del pã, y carnes, pescado, y cosas de leche y hueuos.

Cap.

Cap.

Libro segundo.

¶ Fin de la tabla.

Cap.

Libro quarto.

Libro quinto

LIBRO PRIMERO DE AVISO de ſanidad, que trata del pan y carnes, peſcados, y coſas de leche y hueuos.

CAPITVLO PRImero del Trigo.

PORQVE para la conſeruacion de la ſanidad y alargamiento de los dias de la vida haze tãto al caſo, ſaber la qualidad, cantiddad, orden y manera de tomar los alimentos, que ſin ello ſea impoſſible que aiguno naturalmẽte pueda conſeruarſe en ſu ſalud, e viuir luengo tiempo, por eſſo (mediante el fauor

A de

de Dios,ſin el qual,como dize ſan Iuã ninguna coſa es hecha)determine cõponer eſte tratado,a honor y gloria đ aquel eterno criador đ las coſas,elqual es trino en perſonas y vno en eſſencia. Y primeramente tratare del pan,pues es fundamento de todos los otros mãjares,y porende ſe deue tener mucha cuenta cõ ſu bondad e malicia,porque como dize Galeno.Si el pan fuere malo, no ſolamẽte no haze prouecho,empero es muy dañoſo, y aſsi dixo Auicena,quando el pan no ſe digere, es grã de ſu impedimento e daño, y por eſſo ſe ha primero de diſcutir qual deua de ſer el trigo del qual ſe ha de hazer el pã porque no ſe venga en error, ni aya dubda en coſa tã baxa y tan neceſſaria.

5. De ſanitatuenda 3. primi.

E aunque de otras ſemillas ſe haga pan empero no emos de hazer mẽciõ ſino del trigo como de ſemilla mas perfecta e cõuenible al cuerpo humano,del qual dize Ababuas,el trigo es el mas loable

grano

grano de todos,y mas çercano al mẽ
dio tẽperamẽto, ſino que declina vn
poco a calor,e poreſſo es mas conueni
ble e mas loable nutrimento de todos
que ſehazen de granos,e dixo mas que
el trigo tiene excellẽcia ſobre todas las
otras ſemillas,porqne es de mayor nu-
trimento e mas loable por la ſemejãça
que tiene en la templança e conplexiõ
de nueſtro cuerpo,porloqual como di
ze Iſac,el buen trigo a de tener cinco
condiciones.La primera que ſea eſpe-
ſo e peſado e difficil de partir,por de-
fuera,de color de cera,y de dentro blã-
co, en ſu ſuperficie blanco e luzio,del
qual ſalga mucha harina e poco ſalua-
do,porque el trigo deſta manera haze
mucho para la confortaciõ de los miẽ
bros y para dar fuerça,y por el contra
rio el trigo que fuere liuiano, raro e
blanco , facil de partir, e aſpero en la
ſuperficie,de poca harina e mucho ſal-
uado,no es loable ni bueno,en quan-

to a la primera condicion.La ſegunda condicion laqual es cauſa de la primera,es que el trigo ſea de tierra ſeboſa e grueſſa,porque de la tal tierra ſale el trigo mas grueſſo y de mas peſo y de mas nutrimento,como por el contrario,el que es de tierra flaca e eſteril y ſeca,es trigo magro e de poco peſo liuiano,e menos mantiene como ſe ve enel trigo que es de tierra ſalitroſa, o ſalada.Ni tampoco deue ſer de cenagales o vmbrios,porque el tal trigo es de fria e humida naturaleza, y es cauſa para multiplicar ſuperfluidades, e por ſer naſcido en tales tierras, muy preſto ſe enterneſce e ſe hincha, e como ſea anſi blando e raro,preſto ſe penetra de la frialdad del ayre,pordonde ſu calor interior y natural preſto desfalleſce,loqual es cauſa q̃ lo mas ſea ſaluado con poca harina.La tercera condicion es que el trigo no ſea nueuo ni antiguo o muy anejo, porque lo nueuo

uo e de poco tiempo es humido de-
masiado por la reziente humidad que
tiene de la tierra,porloqual es viscoso
duro de digestion e causa de ventosida
des,y de ruido enel vientre e que segũ
Isac causa dolor enel lado,e que presto
se podresce y engendra lombrizes e gu
sanos enel cuerpo,parescese claramen-
te su demasiada humidad, porque el
pan hecho del tal trigo nueuo, muy
presto hincha y engorda,aunque Dias
corides affirmo el trigo nueuo ser me-
jor,pero engaño se, ni tampoco deue
ser muy añejo,porque el tal trigo es se
co demasiado e mantiene poco,y es du
ro de digestion,porque del mucho tiẽ-
po se consume y exala su humidad na
tural.Deue luego el trigo ser enel me-
dio,ni muy añejo ni muy nueuo,porq̃
el tal trigo no tiene humidad supflua,
e accidental,sino vna humidad mode-
rada,ni mucha ni poca.Y el tal trigo
muy bien mantiene e presto se digere,

La quinta condicion es que ſea limpio de Neguilla, Centeno, Aruejas como lo dixo Auicena diziendo, conuiene q̃ el trigo de que ſe haze el pan ſea limmpio de coſas eſtrañas &c. El tal trigo q̃ tiene eſtas cinco condiciones es el que es peſado, de color de cera, luzio, ſano, puro, medianamente humido.

3. primi doct or. cap. 7.

CAPITVLO SEgundo que couditiones deue tener la buena harina de trigo paraque el pan ſalga bueno.

LA harina del trigo aunq̃ ſea muy bueno, no ſera loable para la ſanidad del cuerpo ſino fuere perfecta mente molida, y no remolida, como lo ſuelen hazer algunos molineros, loſquales muelan el ſaluado haſta que ſal

ga

ga tanta harina,quanta hurtaron de lo escogido,por loqual la harina sale mas negra e peor y muy periudicial a la salud por la mucha cantidad de subtil saluado que tiene mezclado, de laqual harina no se puede cõficionar sino vn pan lleno de saluado remolido,que cõ mucha presteza y velocidad desciende del estomago a los intestinos o tripas como lo dize Auicena,pues como dize Isac,la naturaleza de la corteza del trigo,que es el saluado,es caliente y seca y q̃ presto se cuela y es mas absterſiua o mundificatiua que la harina, pero el mantenimiento suyo es muy poco y muy malo porque el pan đ saluados engendra melancolia, como lo testifica Auicena en los canticos, lo mismo afirma Rasis diziendo, el pan que tiene mucho saluado,no para enel estomago y es de poco mantenimiẽto lo contrario es del pan que tiene poco saluado,e mas abaxo por authoridad đ

Tertia primi cap. vt sup.

Parti - cu. dietis.

Textu. 130.

Lib. 21 contine cap. 8.

Rufo dize el pan quanto es mas puro mas engendra buen humor, ſino que es tardo en deſcendir,empero el pan q̃ no es puro e no eſta bien limpio, y es de mucho ſaluado,engendra mal humor,y es facil para deſcendir a las tripas,y por eſſo la harina no deue ſer remolida o demaſiadamente molida, ſino ſufficientemente, paraque queden mas cortezas grueſſas, las quales no puedan colar juntamente con la harina,quando ſe cierne con cedaço, pues como dize Iſac enel lugar arriba acotado,la harina molida perfectamẽte limpia de ſaluado e acemite es mejor para ſer digerida o commutada enel eſtomago,e mas facil para la diſtribucion por todas las venas e cuerpo,e para la nutricion de todo el cuerpo,pero la harina que no es anſi tambiẽ molida tiene todas las propriedades contrarias, e como dize Auicena e Rufo, el pan quanto es de harina mas pura e limpia tanto

Iſac dietis vniuerſalibus. cap. 11.

tanto es de mas nutrimento, empero
es mas difficil para hazer camara e
mas difficil de colar, porloqual como
tambien Galeno lo afirma e prueua,
el pan conficionado de harina pura es
de mas presta digestion, por estar muy
limpia de saluados e acemite, porque
el saluado e acemite no pueden rece-
bir digestion, y esto es la causa porque
el pan hecho de harina pura es tardia
para el descenso, porque el saluado e a-
cemite son causa que el pan sea facil
para colar e descendir. Porloqual se sa
ca por conclusion q̃ la harina deue ser
pura e limpia e sufficientemẽte molida
y esta es la primera y mas principal e re
quisita condicion paraq̃ la harina sea ꝑ
fecta. La segunda condicion es que la
harina no sea rezien molida ni guarda
da por mucho tiempo, pero q̃ sea me-
diana entre ellas porq̃ como dize Isac
en las particulares dietas, la harina re-
zien molida e rezien salida del molino

Particula. Diet.

calienta el cuerpo,e aprieta el vientre porque adquiere de la continua reuo lucion del molino, encendimiento y calor, porloqual calienta demasiadamente,el estomago,y desseca la humidad de la camara, pero la harina q̃ ha mucho que se saco del molino escaliẽta el higado e presto se hecha por camara,pero la harina que no es rezien salida del molino ni mucho tiẽpo guardada,es moderada en todo,la tal harina amassada con leuadura y sal es buena paraque della se haga buen pan.

CAITVLO TERCERO enelqual se pone como se deua de conficionar el pan, paraq̃ sea bueno,y con que cosas se deue mezclar.

TRes cosas son necessarias principalmente paraque se conficione el

pan

pan conferuatiuo de la fanidad.La pri
mera es que ninguna cofa fe dexe de
mezclar con el,de las que fuelen,con-
uiene a faber,agua,fal: leuadura,en cõ
uenible cantidad,como lo affirma A-
uerroes,diziendo quando el pan fe cõ
ficiona a fe de echar conuenible canti
dad de fal,e a fe de configir cõ mucha
agua prraque falga efpongiofo,e deue
fer fazonado con fufficiente cantidad
de leuadura,y pufo la caufa diziendo,q̃
el pan Azimo,quiere dezir fin leuadu
ra,es grueffo e vifcofo, por la mifma
caufa no es bueno el que tiene demafi
ada leuadura,porq̃ fe trafmuta e buel-
ue en humores corruptos y podridos
por el calor eftraño engendrado de la
leuadura,porloqual la quantidad de la
leuadura e fal deue fer modrada,porq̃
el pan de mucha fal e leuadura, man-
tiene poco y no conforta,empero la fal
moderada defeca la humidad,e la leua
dura moderada es caufa de mas perfe-
cta

5. Colli cap. de comple xione ciborũ.

5. de sanitate tuenda

Ibidem

5. Problema. 21.

cta mistion, lo mismo dixo Galeno cõ estas palabras, el pan couuenible no deue estar sin sal, mas empero a de tener assaz de sal, e de leuadura e deue ser diligentemente cozido, la causa porque se echa enel pan leuadura, segun dize Aueroes, es porque se haze mas hueco y esponjioso, y paraque predomine enel el elemento del ayre e se haga mas facil de digestion, porque la sustancia del ayre es mas facil y mas leue, para la trasmutacion e para la digestion. Aristoteles dize que por esso se echa sal enel pan, Porque deseca y consume la humidad superflua, y assi los panes salados se preseruan mas de corrupcion pues la humidad es causa de putrefaction. E despues de otras cosas muchas que puso, dixo que en los panes sin sal se esta queda la humidad aguanosa e superflua, e no se euapora, porq̃ no tiene sal que consuma aquella humidad, y por esta causa los panes se hazẽ mas

pesa-

pesados e asi los panaderos no salan
ni cuezen sufficientemente el pan por
que pese mas paraque venga al peso
d̄l fiel,pues luego haga se el pā d̄ agua
leuadura,sal e harina,e no con azeyte
ni con otras cosas desta manera, porq̄
el pan amassado con azeyte es malo,
pues al tiēpo del cozer se frie y reque-
ma el azeyte,y el pan se va a naturale
za de alcreuite,como lo afirma Aue-
roes,y Ahabas,el segūdo requisito es q̄
la massa se hiña e dome mucho, paraq̄
el pau se haga mas facil de digestion,
por loqual inquiere Aristoteles que es
la causa,que quantomas la massa se hi
ñe o mas se amassa mas se buelue pe-
gajosa,e con mas difficultad se desase
empero el pan configido de esta mas-
sa mas presto se parte e desmorona,la
causa es porque quantomas la pasta
del pan se amasa, mas se buelue visco-
sa e pegajosa,pero quando se cueze de
todas partes sufficiente e ygualmente
qui-

*5. col-
liget.
Theori.
5.
cap.15.
21.pro-
ble. 7.*

quita se y consumese su humidad; que la hazia pegajosa, porloqual quitada la tal humidad viscosa, es muy facil de partir e diuidirse en muchas partes, mientras mas fuere amassado mucho mas, porloqual el tal pan sera mejor, porq̃ mientras mas se desmorona, o mas se desmenuza en la boca, muy mas presto se digere enel estomago: e assi dixo Aristoteles. *Oportet enim quod debet digeri, diuidi in minima.* Quiere dezir conuiene que lo que se a de digerir, se diuida en muchas partes. El tercero requisito paraque el pan sea bueno para la salud es, que no sean los panes muy chicos, ni muy grãdes, sino moderados porque como dize Isac, en las particulares dietas: el pan chico e delgado muy presto es penetrado del fuego, porloqual su humidad substancial presto se consume, dedonde viene que mantenga poco, e sea de difficil distribucion, e estriña y aprieta el vientre, especial

Ibidem

Isac dietis parti.

si

ſi a dos o tres dias que ſe cozio, tampoco los panes grandes en demaſia ſon loables,porque el pan grande tiene mucha miga,e ſubtil corteza,e porque la miga es grueſſa e viſcoſa e humida engendra humores grueſſos, e ventoſidades:porloqual el tal pan mãtiene poco,es duro de digeſtion,e deſpierta la humedad de la digeſtion, e facilmente relaxa el vientre. Empero ſi ſe digere, da mucho nutrimento. Porloqual los panes que fueren ni chicos ni grandes,ſino moderados,ternã ſus operationes moderadas: entre las de los grandes y pequeños. Porque ni mantendran demaſiado, ni diminutamente.

¶CAPITVLO QVARTO Como se deue cozer el pan, y que daños trayga el pan sin leuadura, o que no este suficientemēte cozido.

1. de alimen. torum facul. cap. de tritico.

COMO aya muchas maneras de cozer el pan, e alguna manera dellas sea paracausar enfermedad, por esso afirmemos con Galeno que los panes assados sobre parillas, o en rescoldo, quiero dezir en ceniza caliēte o sobre las losas ardientes del fuego todos son malos, en especial los panes llamados, subcinericos, que son cozidos debaxo de ceniza, y estos son muy peores porque la ceniza les añade malicia, e por esso dixo Isac en las particulares dietas: el pan cozido debaxo de cobertera es el peor, porque el fuego obra en vna parte sola đl pan, ala otra parte se que-

ſe queda cruda,viſcoſa,grueſſa, dura đ digeſtiõ,e ſi ſe come el tal pan deſpues de mucho tiempo,cauſa ventoſidad, e dolor enel lado, el peor de todos es el cozido debaxo de carbones,o reſcoldoviuo,porque el tal pan muy preſto ſe cueze por encima empero por de dẽtro queda crudo,e grueſſo e viſcoſo,y mezclaſe con el mucha ceniza y tierra mayormente ſi la leña fue blanda, que ſe encendio preſto,porque del tal pan ſe cauſaran ventoſidades, e peſadumbre en los riñones,e ijares, e obſcuridad en la viſta,porloqual digamos con Auicena,que el pan ſe deue cozer en horno, yno ſe a de cozer a qualquier fuego,ſino al manſo y templado porq̃ el mucho fuego deſſeca e endureſce al pan por defuera,pero la miga no queda bien cozida,porque la corteza endureſcida no dexa queel fuego penetre adentro Porloqual el tal pan por dos razones ſe deue vituperar,o porque la

13.tercii cap. 29.

corteza es dura,que no da nutrimento por ſu encendimiento,o porque la miga es grueſſa e viſcoſa,e por eſſo anſi la corteza como la miga no ſe puede digerir,y engendra diuerſos y malos humores,porque la dureza de la corteza e ſu intenſa ſequedad, engendra ſangre muy ſeca,e aprieta el vientre, e la viſcoſidad y groſeza de la miga engendra humores grueſſos e flematicos e ayuda para deſemboluer el vientre, ni mas ni menos ſi el fuego fuere muy debil e flaco no cueze el pan perfectamente,porque por ſu poca actiuidad no penetra adentro,e aiſi el pan queda crudo y lento,porloqual ſe ha de detener enel fuego,porque ſi ſe ſaca antes que ſe cuega , quedara viſcoſo e pegajoſo como engrudo e difficil de digerir,e ſi ſe queda haſta que ſe acabe de cozer hazerſea duro ſeco difficil de digerir y eſtitico,pues luego el pan de los delicados e ſoſſegados,es el cozido a manſo

e mo

e moderado fuego ygualmente, porq̃ el pan viscoso e gruesso no conuiene si no para gente robusta y exercitada y de fuerte calor, que lo pueda digerir, y en estos tales es de mucho nutrimento, ẽpero en la gente poco exercitada e holgada el tal pan se digere con diffi cultad, e desciende tarde del estomago a las tripas e haze dolor enel vientre e opilacion enel higado y piedra en los riñones: como lo dixo Aliabas e Rasis enel .3. ad almãsorã ca.3. dize Quiẽ come el pã sin leuadura cayra en ẽferme dades de gruessos humores, porq̃ el pã sin leuadura es gruesso e viscoso e final mẽte todos cõuienẽ specialmẽte Gale no enel.1.de alimẽtis, q̃ el pan sin leua dura, es muy malo, e q̃ tiene facultad đ opilar y engẽdrar vẽtosidades e crudezas, por loqual los buñuelos e hojuelas y otras cosas đ fruta de sartẽ, son muy dañosas opilatiuas especial en viejos si no se comẽ cõ mucha miel como lo dixo Gal.lib.5. de sani.tuẽ.

Gal. 5. de sanita.

CAPITVLO

Quinto, quel sea el mejor y mas escogido pan, y de sus vtilidades y prouechos.

NO faltara quien piense e diga que como el pan tenga todas las condiciones que arriba diximos, que no le falta nada para ser bueno, pero engañar seya, porque el pan duro e desseca do, o el caliente rezien sacado del horno, puede tener todas estas condiciones, e no es loable ni bueno, porque si el pan es cozido de dias, esta seco e du ro e liuiano, porq̃ se ha exalado su humidad viscosa que le hazia pesado, e por su sequedad trae sed e se detiene d̃ masiado enel estomago, e tarde se digere, e estrine e aprieta el estomago, como lo dize Auicena, empero si fuere caliente, rezien sacado del horno, es pe

or

or que ninguno, porque como dize A liabas 5. Theorice. cap. 15. El pan calien te rezian sacado del fuego es peor que todos porque, se detiene mucho enel estomago, e causa sed, e como dize Razis, el pan caliente tiene mucho calor accidental, e humidad vaporosa. Por el calor accidental se causa sequia, por la humidad vaporosa, nada sobre el estomago, finalmente el pan caliente del horno, es duro de digestiõ y ventoso, humido demasiado, tardõ en descendir a las tripas, como muy bien lo dixo Isac, pues luego paraque sea vtil y prouechoso; a de auer passado por el vn dia, o a lo mas largo dos, porque este tal pan tiene ansi de dentro como fuera, vna frialdad templada e no es muy gruesso ni viscoso, este tal pan sera muy principal nutrimento đ nuestro cuerpo, porque naturalmente es semejante a nuestra complexion, e templança: como sea caliente en segun

Halia bas. 5. Theor. cap. 15.

21. con tinentis cap. 28

Isac di et. par.

do grado. Loqual se demuestra claramente, por esta razon. Porque como dize Iac, e segun es comun e aueriguada sentencia de todos, el trigo es caliente en primero grado, segun su natural substãtia, e templado en humedad ẽ sequedad, de loqual se sigue que el pan que se haze del, es caliente en segundo grado, porque adquiere del fuego adõde se cozio, e de la sal y leuadura, vn grado mas de calor, Finalmente el buẽ pan, como lo dize Galeno, a dé ser cozido en horno, e deue ser de harina sin saluados, cozido con curiosidad, e que tenga sufficiente cantidad de sal, e de leuadura, este tal pan tiene todos estos prouechos que se digerira bien enel estomago, e engendrara muy pura y clara sangre, e por esso confortara la obra de la naturaleza, e sera muy vtil a los q̃ viuẽ en regalo y ocio, y alos q̃ tienẽ flaca la virtud digestiua d̃l estomago, e a los viejos y cõualescıẽtes d̃ ẽfermedad.

r. de alimen.

Cap.

CAPITVLO

Sexto, en que se pone que carnes sean conuenibles para nuestro cuerpo.

ANntiguamente como escriue Galeno: los hombres eran contentos con sola la comida de Castañas y vellotas, e ansi Virgilio enel primero de las Georgicas, inuocando e dando gracias a Bacco, e Ceres, porque el vno fue inuentor del vino, y el otro del pan, dixo,

2. de alimento. facul.

Vergil. 1. Georgic.

Vestro si munere tellus.
Chaoniam pingui glandem mutauit arista.

Quiso dezir o vosotros Baccus y ceres muy claras lumbreras del mūdo, q̄ cō vuestros dones de vino e pan, la tierra desecho e mudo el vso de vellotas e castañas, dando por ellas gruessas espigas de trigo, empero aora en nuestra edad no solamente son cōtentos con las frutas campestres, mas ni aū tampoco cō los manjares domesticos e delicatissimos, e muchos, porloqual no cōtentos

con el muy bueno y escogido pan inuentaron para la gula diuersos generos de carnes e animales, loqual pensamos que tuuo comieço de muy sabios varones, no por satisfazer a la gula sino porque el cuerpo humano tomasse nutrimento conuenible, e proporcional a sus miẽbros, pues por cõiectura rational, hallaron e conoscieron q̃ con mas facilidad se hazia carne de carne, que no de otro qualquier manjar, loqual como hallassen por experiencia hallaron por verdad que de la comida de carne: se sigue gran confortacion para el cuerpo, porque como lo dize el Conciliador. La carne es vna cosa corporea, caliente e humida, e blanda engendrada, de la sangre, e por ende no sin causa es mantenimiento confortatiuo de los miembros, e cercano para se conuertir en sangre e nutrimento, pues como dizen Auicena y Rasis, Sobre todos los mantenimiẽtos mantiene

Cano. 2 Ter. ad d.mam cap. 9.

ne la carne con mayor firmeza, y por esso engorda y esfuerça, y el mismo Rasis dixo en otra parte, quando la carne bien se digere, haze buena sangre e cõuenible, especialmente si es de buenos animales, como es carne de puerquezuelos đ vn año, y otras. Digamos pues que enel comer de las carnes se a de poner mucha diligencia, paraque qualquiera sepa escoger las carnes conuenibles para su salud, porque de las otras carnes, o nunca o raras vezes se deue vsar, pues no todas las carnes son cõuenibles para la salud sino solamente aquellas que mantienen nuestros cuerpos, e que son mas semejantes e propinquas a nuestra naturaleza, como son las carnes de Puercos, de Carneros đ Cabritos, e otras đsta manera, como lo dize Isac en las vniuersales dietas, empero las carnes de los Erizos Zorras, Liebras e otras carnes de este jaez, no son semejantes a nuestra naturale-

Li. 13. conti. cap. 73.

Isac. di vniuer. salibus. cap. 13.

za mas antes el nutrimento dellas es muy malo e pessimo, loqual se paresce por su graue olor, e como casi vn hedor, e por eso son carnes muy differentes de nuestra humana complexion, pues, como dize Rasis, las carnes q̃ tienen mal olor, engendran sangre muy peor, e por esso no se deuen comer en manera alguna, por loqual las tales carnes se deuen de desechar de todos, e algunos (como son los q̃ se exercitã fuertemente) deuen dexar las carnes subtiles e delicadas aunque seã loables, Ni tampoco algunos, como son los regalados e holgados, deuen comer las carnes gruesas ẽ bastas, porque son difficiles de digestion, como lo dixo Rasis enel mismo lugar: la carne gruesa es cõuenible a los que mucho trabajan, la delicada e subtil a los q̃ huelgan e viuen regaladamente: Empero quales sean las carnes delicadas e sub-

3. Ad almã. cap. 9.

tiles

tiles, quales las grueſſas e baſtas, Auicena enel libro. 14. tratado .3. capitulo.21. lo teſtifica, diziendo carnes ſubtiles delicadas de facil digeſtion, ſon las de cabrito, gallina, perdiz, zorzal, que no ſean en demaſia gordas, empero las carnes grueſſas, ſon higado, coraçon baço y riñones, e inteſtinos e quajar de qualquier animal, y carnes de cabras, de vaca, de venado de qualquier animal viejo, Fuera đ eſto es neceſſaria la conſideracion de muchas coſas, de parte de los animales de que penſamos vſar para nueſtra comida, conuiene a ſaber: ſi los tales animales ſon caſeros, o brauos del campo, e ſi las carnes de los del campo ſon mejores que las de los domeſticos, y de eſtos ſi ſon mejores los que ſe crian enel campo, o los que ſe crian en caſa, y ni mas ni menos, ſi los machos ſon mejores q̃ las hembras e los

Lib.14 trac. 3 cap.21.

e los castrados mejores que los no castrados,o al contrario,de parte de la edad,si los de leche e mas tiernos son mejores e mas sanos,que los que son de mas edad o viejos,y de parte de la corpulencia si seran mejores los gruessos que los magros,o los medios,o si se deuen comer assados o cozidos,e final mente si la aues que buelan son mejores,que las que no buelan,e que los ani males de quatropies e quanto deuen estar muertas antes que se coman,e finalmente que miembros dellos sean mejores para comer,e que miembros no sean tales,diremos lo todo esto por sus capitulos,paraque todos sepan dicernir,lo saludable,de lo dañoso para la conseruacion de su salud.

CAPITVLO

Septimo, si sea mejor la carne del animal domestico, que del mōtes o al cōtrario.

POR muchas razones son mejores las carnes de los animales domesticos, que no la de los brauos e mōteses como lo quiso Aliabas, diziendo: la carne de los animales monteses es peor porque engendra sangre melancolica e gruessa, e dixo Isac en las vniuersales dietas, cap. 13. Los animales domesticos son mas sabrosos e de mas nutrimento que no los monteses, sacando las Cabras monteses, porque tienē menos calor y mas humidad q̄ todos los demas animales monteses, y por esso son mas loables, e mas abaxo dixo Afirman los antiguos, que los animales domesticos accidentalmente para mante

5. Theoric. cap 21. Isac. di vni. ca 13.

mantener poco e los montefes accidẽtalmente para mantener mucho, porq̃ los animales domefticos aunque fuftãcialmente de fu naturaleza mantienen mucho, pero porque por fu delicadez e ternura fe refueluen y exhalan prefto del calor de los miembros, fiempre defmenguan e vazian mas que hinchen, e anfi el que come de ellos, fiempre bufca otro manjar para cumplir e fatisfazer a los miembros, empero los montefes, aunque de fu fuftancia natural mantienen poco, pero porque fon dificiles e tardos de fe refoluer del calor de los miembros, por effo fatisfazen a los miembros defuerte, que quien los come, no bufca otro manjar para fatisfazer, E por efo dixeron los antiguos, que las carnes montefes fon de mayor nutrimento. Pues luego tengamos efta conclufion, que las carnes montefes, fon buenas para con-

fortar

fortar los miembros, las caseras e domesticas son buenas para la conseruacion de la salud. La razon es, porque como el mismo lo asigno, los animales domesticos en comparacion de los monteses, tienen calor e sequedad mas templada por causa de la Templança del ayre. E porque tienen mas ocio, e sosiego, e por esso son sus carnes mas loables. e de mas nutrimento. Finalmente (como lo dize Galeno). Todos los animales que se apascientan en los montes, son mas calientes e secos, y el mismo dixo en otra parte. Los animales domesticos, son mas humedos que los monteses. ansi por la humidad del ayre en que viuen, como por la vida ociosa e sosegada que tienen, pero que diremos a lo que el mismo Galeno dize en el mismo lugar mas abaxo tertio de alimentis capite treze, señaladamente adonde

Galen. libro de attenuāte victu.

adonde dize hablando de la carne de los animales montefes. *Obidq̃, pluribus diebus quam domeſticorum imputris ſeruatur caro, alimentumque exhibet minus excrementicium, eoquod a domeſticis ſumitur, ac proinde & nutrit valencius & ſuccum gignit meliorem.* Pues dize, que por eſſo la carne đ los animales monteſes o ſilueſtres ſe cõſerua mas dias ſin corromperſe, que la de los domeſticos, cõuiene a ſaber por que es mas ſeca e calida, e que porende es ſu mantenimiento de menos ſuper fluidades e de mejor mantenimiento, que no la de los domeſticos, aloqual e mos de reſponder que Galeno no ala-ba en aquel lugar la carne de los animales monteſes, comparandola con la de los demeſticos abſolutamente, ſi no comparandola con la carne de los domeſticos, que ſe crian ſin exercicio, e ſin trabajo pues eſta claro e manifieſto, que la carne de los tales animales anſi mantenidos, es mucho peor. que

la

la de los monteses,pero con todo esso esta aueriguado, que la carne de los monteses no se deue aprobar por buena,loqual paresce ser assi, pues dize Isac enel mesmo lugar acotado, qualesquier animales criados e nascidos en lugares calientes,e secos,son mas calientes e secos,e mas prestos para vnirse y asemejarse a los miembros, pero son mas duros e difficiles de digerir e penetrar por el cuerpo,porloqual son vituperables,porque la carne de los tales animales engendra mantenimiẽto duro e seco. Y mas abaxo dixo,todos los animales monteses son dessabridos, y no mantienen tambien como la de los domesticos,excepto las de las cabras monteses. Y el mismo dixo en las particulares dietas,los animales monteses son mas calientes y secos,e mas difficiles de digestion,y que engendran mantenimiento malo,por su mucho mouimiento,e trabajo,e por el mucho ca-

lor e sequedad del ayre, o puesto al sol e sin sombra. Por loqual son de poco nutrimento en cantidad y qualidad. De esto se saca por conclusion, que las carnes de los domesticos son mas aprouadas para la conseruacion de sanidad, e que adonde ay copia de animales domesticos siempre an de ser preferidos a los monteses y brauos, aunque los monteses dan mas fuerça al cuerpo.

CAPITVLO

Octauo enelqual se demuestra, qual sea mejor carne, la de los animales domesticos que se crian de contino en casa, o la de los domesticos q se crian enel campo.

Conuiene en los animales que naturalmente son criados para el nu-

trimento del hombre, considerar los lugares en que habitan, y los pastos q̃ comen, y el ayre en que respiran, e si huelgan o trabajan mucho, cerca de las quales cosas no se a de tener poca cuenta, ni poca diligencia, si quisieremos conseruar la sanidad, porque de estas cosas suele hazerse en los animales de vna misma especie, buena o mala carne. Porque aquellos animales q̃ se crian dentro en casa en lugares quietos, con superabundante ceuo, no son aprouados, pues dize Isac enel lugar proximo acotado. Los animales que se crian dentro de las casas e aposta e a mision puesta se engordan, tienen las carnes mas viscosas e mas gruessas por lo mucho que comen, e por la groseza e corrupcion de su ceuo, porende se digeren con dificultad e tardança, e son duras para el estomago e higado. Empero si empieçan a tomar digestion mantienen mucho,

Isac ibidem.

e confortan los miembros, pero raras vezes acontesce que se digeran, porq̃ todos los animales que no estan vsados al exercicio, tienen e allegã en sus cuerpos muchas superfluidades, como muy bien lo dixo Galeno enel 2. ad Glauco, lo mismo sintio enel libro intitulado, de atenuante victus ratione, adonde dize, que las palomas que viuẽ en las torres son mejores que las que viuen en las casas, e por la misma razõ el puerco montes o jaualin es mejor q̃ el puerco casero, y añade que vniuersal mente aquellos animales de comer q̃ se exercitan e que vsan de pastos secos y enxutos e que respiran en ayres subtiles son mejores que los que no se exercitan, e que los que vsan pastos humidos, y que los que respiran en ayres gruessos, traense por exemplo los puercos caseros, los quales tienen carne de mayor nutrimento e mas copioso que quantos animales ay, empero tras esto

Ad glau. 2. Gale. & lib. de atte nu. vic

tienẽ

tienen en si mucha superfluidad visco sa, ansi por el mucho ocio, como por el copioso mantenimiento del pasto humido, delo qual se deue mucho guar dar el que procura mantenimiento de licado. De aquestos dichos del Galeno parece que saco Isac lo que dixo en las particulares dietas, capitul. de los gana dos, diziendo guardense los hombres de comer animales monteses que viuẽ en holgança, sin exercicio, y mucho mas de los domesticos o caseros, que tampoco se exercitan. Y luego pone la razon diziendo, porque en los anima les de comer que estan acostumbra dos a holgança y deleytes conuenibles ay poquito calor y mucha copia de hu mores frios, e superfluos los quales ha zen que falte el calor ahogandolo co mo con el mucho azeyte se ahoga la lumbre del candil. Añadeseles tambiẽ malicia en sus carnes ꝺ los caserospor que como estan assi detenidos por ven

Isac par. die ta cap. de pecu dibus.

tura no comẽ el pasto conuenible a sus complexiones,como si estuuiessen en los prados o dehesas adonde hallarian su proprio nutrimento,e tambien por esta razon son sus carnes vituperables, y este parescer no es nuestro,sino de Isac enel libro de las vniuersales dietas cap.14. Adonde dize todos los anima les que hallan el pasto conuenible a su complexion dedonde se hartan,tienen mas sabrosa e loable carne que los que no lo hallan,quales son los domesti-cos e caseros. Pero qual deua ser el pa sto apropriado para ellos, mas abaxo lo declara diziendo, los animales que se apascientan de pequeñas y muy me nudas yerbas, son mas loables en su carne dende el principio del verano hasta el medio del estio, porque en e-stos tiempos hallan su apropriado e conuenible pasto. Porloqual en los ta-les tiempos son sus carnes mas tiernas e mas gordas e de mejor manteni-

miento

miento, y despues dixo los Animales que pacen las extremidades, de los ramos, tienen mejor y mas loable carne dende el principio del estio hasta el medio del inuierno, porque dende entonces los ramos estan mas tiernos, e despues de otras cosas muchas dixo. Los animales que se mantienen de Ramos tiernos e hojas, son mejores que los que se crian en las casas. E por esso concluye con authoridad de Hipocrates, que sin dubda son mas loables e de mas liuiana carne mas facil de digestion, los animales criados en los campos e prados, que no los que se crian en las casas. De lo qual da dos razones, la vna es que los animales que comen poco, como son los que viuen en los campos, son mejores que los que comen e beuen mucho, quales son los domesticos que se crian en las casas. La otra razon es porque las carnes de los animales,

que siempre andan y se mueuen, son mas faciles y prestos para la digestion e mas sabrosos e cuelan mas ayna por las venas, porque con el exercicio e mo uimiento, los humores se adelgazan e la carne se haze mas ligera e leue, y el calor se tiempla, pero los animales que viuen en ocio, y no se mueuen, tienen las propriedades contrarias. Porque el ocio e sossiego enfria e haze las carnes pesadas e causa difficil e dura la digestion. De todo lo sobredicho sacamos por conclusion, que los animales domesticos apascentados en los montes y en los lugares secos, tienen las carnes medias entre los monteses, y los domesticos criados en casa, e por ende sus carnes son mas loables que las de todos los demas, e son mas conuenibles mas perfectas para la conseruacion de la salud, e para la confortacion e para la vnion e assimilacion de los miembros, en especial se deuen guardar de

la continua comida de los animales criados en casa si son de humida complexion,como son los puercos, lechones que no salen al campo, las Palomas duendas. Ansarones, Anadones, exceptos los pollos y pollas de las gallinas.

CAPITVLO

Nono Qual sea mas loable la carne delos machos ola d̄ las hembras o la de los castrados.

TAmbien se deue considerar el sexo de los animales,cuyas carnes se an de comer,porque la curiosidad de esto no haze poco al caso para la conserua cion de la sanidad, pues hablaudo en vniuersal,las carnes de los animales machos son mas loables que no las de las hembras,y esto por muchas razones,como lo sintio Isac en las dietas vniuer-

Isac y niuer. die.cap. 41.

Ysac y vniuersales. cap. 14. diziendo, no dubdaron los antiguos phisicos, que de los animales los machos sean mas calientes e secos y de menos superfluydades, e que las hembras por contrario sean mas frias e humidas, e de mas superfluidades. Porloqual toda la carne de macho es mas loable e de mayor vtilidad y facil digestion, excepta la carne de la cabra que es mas caliente e seca en su complexion que no la del Cabron. Lo mismo dixo Rasis, la carne masculina, es mas seca que la feminina. E Auicena dixo, la carne del animal negro es mas liuiana e mas suaue, e por el semejante la carne del macho, la causa es porque es mas caliente e seca, pero la carne de la hembra es fria e humida, lo mismo dixo Aristoteles en los problemas. De esto se concluye claramente que ceteris paribus, la carne de los machos es mejor e mas digestible e mas loable que la carne de las hembras, empero no aui-

Ysac y niuer. dietta. c. 14.

Lib. 23 continē capitu. 203

Cano. 2 cap. de carne

4. prob natu. Proble. 92.

endo paridad en todo, la carne de la hẽbra mas se deue escoger algunas vezes que la del macho, como si quisiesses cõparar la carne de vna nouilla o ternera a vn buey viejo y cansado, y asi as de entender en todos los demas animales Empero escriuamos aora de los castrados que sintamos de su carne, pues digamos que la carne de los castrados, es en bondad media, entre la de los machos e de las hembras, cõuiene a saber no tã buena como la de los machos, ni tã mala como la delas hẽbras, exceptas las carnes delos carneros castrados e de los capones de gallos, y esta es sentẽtia enel libro de las particulares dietas, a donde dize, aunque los animales castrados por su humidad sean mas semejantes a las hembras, empero dificren enel calor, porque su calor es medio entre el sexo masculino e femenino, porque los animales castrados tienẽ mayor calor q̃ las hẽbras y menor que los machos, y porende son mas

digeſtibles,que las de las hembras em pero ſe a de aduertir,que eſto que dezimos de los caſtrados,deue ſe entēder eſpecialmente de los animales de quatro pies e no de las aues, pues algunos caſtrados de las aues ſon mas aprobados,que los machos de qualeſquier animales,pues dixo Iſac, los machos caſtrados de las aues ſon de mas prouecho para la ſalud,que todos los animales pedeſtres,e tambien que los capones de gallos ſon mas conuenientes e loables que quantas aues ay porque engendran mas loables mantenimientos e mas perfecta ſangre,e aſſi dixo el miſmo,el gallo capon es templado en todas quatro qualidades,e por eſſo es de mas nutrimēto. Que de luego por concluſion,que los caſtrados de las aues ſon de carnes mas cōuenibles q̄ los machos no caſtrados de todos los demas animales. Empero en los animales de quatropies no es aſſi d̄ todos como cō

Iſac particular. dietis.

ſta

ſta de los dichos allegados de los authores.

CAPITVLO

Decimo, que trata qual carne ſea mejor de los animales rezien naſcidos o de los ya creſcidos, o de los viejos.

COſa es cierto muy prouechoſa e muy neceſſaria, conoſcer las edades de los animales, no ſolo para conſeruar la ſalud, empero y para conoſcer la bondad de las carnes, porque las carnes de vn miſmo animal, en vna edad ſon aprouadas y eſcogidas de los ſabios, y en otra edad ſon reprouadas e deſechadas de los miſmos, como deprauadas para la ſalud, e por eſſo ſe ha de dezir, que aunque las carnes de los animales pequeñitos de leche ſon buenas e loables, no empero es general en todos

Isac v niuer. diet. cap. 14

dos, pero solamente en los animales q̃ de su complexion son secos, como lo sintio Isac en las vniuersales dietas ca. 14. pues dixo, las carnes de los animales de leche que maman, son mas humedas e mas lubricas e delesnables, e que mas relaxan el vientre, e que engẽdran sangre flemosa e mas superfluydades, sino es quando los tales animales de leche son naturalmente secos, como son las crias de las vacas o cabras, cuyas carnes son de mas loable nutrimento que todas las demas, especial las carnes de los que maman loable leche, e despues añadio, que si los animales de leche fueren humidos de su natural complexion, son muy malos, porque son humidos de dos maneras, por su natural complexion e por razõ que son rezien nascidos. E assi la humidad de su naturaleza e la de su edad se ayũtan en vno e por ende son gruessos e viscosos, e duros de digestion, e que engen-

engendran humores corruptos e flematicos. Porloqual la carne de los lechones e de los corderos es muy mala e mucho mas del lechon, por su poco calor natural e por su mucha humedad e viscosidad que tiene e predominio. Porloqual se deuen guardar de tal carne, pues tiene humidad por dos partes, por parte de la edad e por parte de la complexion. E assi lo que se engendra de ellos es viscoso, difficil de digestion, e desciende facilmente del estomago e difficultosamente se desmuele o resuelue del calor de los miembros, y engendra flema viscosa, en especial sino es el que mama del sexo masculino. Empero si los animales que maman son de linage de cabras o de bueyes, quiero dezir cabritos o terneras, entonces la sequedad de su natural complexion se tiempla con la humedad de su edad, e porende son de carne mas liuiana e mas conuenible para la

dige-

digeſtion, eſpecialmente ſi la tal carne es de macho, e por eſta razon la carne del cabrito e del ternero es mas loable q̃ la de los lechones e corderos, el qual pareſcer es de Galeno, enel tercero de Alimentis capi. 14. a donde dize, la carne del animal recien parido es muy humeda, y enel libro de Bono & malo ſucco, capi. 3. dize, las carnes de los animales que creſcen, ſon de facil digeſtion, excepto ſi ſe comen luego en reziẽ naſciendo, porque las tales carnes ſon llenas de ſuperfluydades: eſpecialmente ſi los tales animales rezien naſcidos, ſon lechones o corderos. Empero la carne de los cabritos o de las terneras, que ſon animales mas ſecos, ſon mucho mejores, anſi para la digeſtion, como para el mantenimiẽto, y el miſmo enel libro de Solutione continua, dize delos animales ſecos, los pequeños ſe digerẽ mas facilmente, que los grãdes, por lo qual la carne del ternerico q̃ dizen vitella

Galen. 3. de alim. cap. 14 & lib. de bono & malo ſucco

Galeno de ſolu. contin.

tella, mas presto se digere que la del buey, e las carnes del cordero đ vn año son mas faciles de digerir que las đ los carneros viejos e que de los cabrones, E finalmente toda carne de animales secos, quando es de leche, mas ayna se digere antes que se enduresca. Pero en la carne de los animales humidos es al contrario, pues mas presto se digere quando se enduresce, que no antes. e por esso el carnero đ vn año mas presto, e mas velozmēte se digere, que no la del cordero que mama, e toda carne de animal que va en augmento se digere con mas presteza que no la carne del que ya es viejo e antiguo, e por esso dixo enel segundo de temperamentis la carne del animal que nasce se haze desabrida por su mucha humedad especial si el tal animal es humedo đ su naturaleza, e por esso concluye Rasis, No se đue comer carne mortezina ni muy flaca ni la carne de aquel animal que

Gale. 2. de tēperam.

a menos que vn mes que nascio E I-
sac enel lugar acotado, de los animales
secos los chicos pollinos son mejores,
d' los humidos son mejores los ya cres
cidos e mayores, Pues luego conuiene
que los puercos e ganados, e animales
desta suerte humidos de su natural cō-
plexion, sean ya crescidos y jouenes,
empero los secos que maman, se comā
luego antes q̄ sean ya crescidos, dedon
de se saca por conclusion, Que los ani-
males secos de su complexion, que ya
estan crescidos, y en augmento co
mo son los bueyes, y las cabras, tienē
por dos partes sequedad, por su edad d'
iuuentud e por su natural complexion
E porende son sus carnes duras de di-
gestion, e que se desmuelē o resueluen
tarde, e que dan mantenimiento ruin,
Pero si los animales de comer son hu-
midos de su complexion como lo son
los puercos e ouejas, los tales quando
allegā a juuētud seran buenos, porq̄ se
tēplara la humidad cō la seq̄dad d' su iu

uentud Porloqual los puercos e ouejas
sõ mejores quãdo son en juuẽtud o cre
scidos.empero que diremos de los ani
males antiguos e ya viejos,cierto co-
mo lo dize Ysac,todos los animales vie
jos e decrepitos son muy malos para la
salud y muy duros de digestion,e mas
abaxo afirma,que quanto de mas años
son los animales, tãtomas secos tienẽ
los miembros e mas duros de digestiõ, *Viniue.*
e quanto menores son, tanto son sus *diet. c.*
miẽbros mas delgados e mas faciles đ *32.*
digestiõ,la razõ,como lo dixo es porq̃
los animales reuegidos tienẽ muy po-
co đ calor natural,y esso poco q̃ tienen
muy aparejado a se gastar e cõsumir e
su humido radical muy cercano pa se
acabar,e porq̃ su calor natural es pa la
digestiõ,muy flaco accidentalmẽte ad
quirieron del mãtenimiẽto indigesto
e crudo vna humidad cruda e inep-
ta para la nutricion, por esso son
difficiles de digestion e tardos pra

para ſe deſmoler e que engendran vn mantenimiento vituperable e ſlemo ſo. Empero ſi los tales animales viejos de ſu natural conplexion fueren calientes no ſeran tã dañoſos, mas ſi por el contrario fueren frios cauſaran vn daño muy grande, e por eſſo dixo Auẽ zor, affirman los medicos, que comer carnes viejas es materia de enfermedades e Galeno, de todos los animales ſe deuen huyr los viejos, e los rezien naſcidos, porque los viejos ſon duros e indigeſtos, los otros ſon ſobremanera humedos, y por eſſo engendran muchas ſuperfluydades, eſpecialmente ſi eſtos tales animales rezien naſcidos ſon humidos de ſu complexion, como las ouejas. Pues luego ſaque ſe por concluſion que las carnes de los animales, ꝙ por ſer chicos maman, ſi fueren ſecos de ſu complexion, ſe deuen comer luego, pero ſi fueren humidos ſe deuen comer quando ya ſon creſcidos en ſu iuuentud

Auẽ cap. 1. theirſi.

tud, e si fueren viejos sin excepcion no se deue comer.

CAPITVLO

Onze, enelqual se demuestra qual sea mejor carne en corpulencia, conuiene saber, la magra o la gorda. medianamente.

PORQVE presupuesta la bondad de las carnes en quanto toca al linage de ellas e a la edad no sabemos qual sea mejor para la salud, o la gorda o la magra o la media, que ni sea gorda ni magra dezimos con Isac elqual fue uno de los que en este caso de mantenimientos mas se estendio. Que los animales de muy magra carne, son neruiosos, e tienen poca sangre, e son poco humidos, e de poco nutrimento, empero por causa de su poquita viscosidad

Isac in vniuersas dietas. cap. 14.

e ſuperfluydad ſon faciles y preſtas de digeſtion, e prõptas para penetrar por las venas, mas q̃ las grueſſas e gordas, tãbien lo quiſo ſentir Auicena, pues dixo, la carne del reuegido es mala, e la carne del adelgazado e magro, lo miſmo quiſo ſentir Galeno 3. de la facultad de los alimentos, pues dize. Las carnes de los animales magros e de edad, ſon peores Deloqual ſe ſaca q̃ la carne de los animales magros e la d̃ los muy gordos, que con eſtudio e cuydado fueron engordados, es mala eſpecialmente la de los muy gordos, porq̃ la gordura de ſu natural propriedad es dañoſa para el eſtomago e digeſtiõ, pues dixo Iſac en las particulares dietas, la compoſtura muy gorda es muy difficil d̃ digeſtion, porque preſto ſe abaxa d̃l eſtomago, humedeſce el vientre, preſto ſe corrompe, engẽdra flema viſcoſa en eſpecial ſi la tal carne es de animales humidos de ſuyo. como ſon los puercos,

Auic. 2. cap. noue. cap. de carn.

Gal. 3 de alim

Iſac di etar

e ouc

e ouejas, pues la carne anſi gorda da haſtio, y relaxa el eſtomago, y humedeſce, y emblandeſce los nutrimentos de la digeſtion, conuiene a ſaber las fibras del eſtomago, tiene propriedad de nadar encima de los otros manjares conviertſe en flema grueſſa e viſcoſa rebelde para la digeſtion, e cauſa vna hartura falſa como el meſmo Iſac lo dixo, e auſi dixo Auice. la carne gorda ablada el vientre con poco mantenimiẽto, cõviertſe facilmẽte en vapores fumoſos y en colera, e facilmente ſe va por camara, pues luego la carne mezclada cõ gordura, no ſe d̃ue comer, empero ſi la tal carne fuere apartada de la gordura aunque ſea de animal gordo, bien ſe puede comer. Porque la tal carne es mas loable e mejor que la q̃ eſta con gordura aunque fueſſe de animal magro e macilento, e la cauſa es porque no tiene gordura que pueda dañar al eſtomago, pues

e ſuperfluydad ſon faciles y preſtas de digeſtion, e prõptas para penetrar por las venas, mas q̃ las grueſſas e gordas, tãbien lo quiſo ſentir Auicena, pues dixo, la carne del reuegido es mala, e la carne del adelgazado e magro, lo miſmo quiſo ſentir Galeno 3. de la facultad de los alimentos, pues dize. Las carnes de los animales magros e de edad, ſon peores Deloqual ſe ſaca q̃ la carne de los animales magros e la đ los muy gordos, que con eſtudio e cuydado fueron engordados, es mala eſpecialmente la de los muy gordos, porq̃ la gordura de ſu natural propriedad es dañoſa para el eſtomago e digeſtiõ, pues dixo Iſac en las particulares dietas, la compoſtura muy gorda es muy difficil đ digeſtion, porque preſto ſe abaxa đl eſtomago, humedeſce el vientre, preſto ſe corrompe, engẽdra flema viſcoſa en eſpecial ſi la tal carne es de animales humidos de ſuyo. como ſon los puercos,

Auic. 2. cap. noue. cap. de carn.

Gal. 3 de alim

Iſac di etar

e ouejas,pues la carne anſi gorda da haſtio,y relaxa el eſtomago, y humedeſce,y emblandeſce los nutrimentos de la digeſtion,conuiene a ſaber las fibras del eſtomago,tiene propriedad de nadar encima de los otros manjares conviertefe en flema grueſſa e viſcoſa rebelde para la digeſtion,e cauſa vna hartura falſa como el meſmo Iſac lo dixo,e anſi dixo Auice.la carne gorda ablada el vientre con poco mantenimiẽto, cóviertefe facilmẽte en vapores fumoſos y en colera,e facilmente ſe va por camara,pues luego la carne mezclada cõ gordura,no ſe đue comer,empero ſi la tal carne fuere apartada de la gordura aunque ſea de animal gordo, bien ſe puede comer. Porque la tal carne es mas loable e mejor que la q̃ eſta con gordura aunque fueſſe de animal magro e macilento, e la cauſa es porque no tiene gordura que pueda dañar al eſtomago, pues

pues luego el camino mas seguro es, que la carne sea media entre la gorda y la magra, porque esta tal es media en su action e passion. Loqual dixo Isac ansi, los miembros que tienen medianamente de gordura, son de mas facil digestion, y mas conuenibles para el estomago, y engendran buena sangre, Este mismo parescer fue de Aliabas, de todas los carnes es la mejor la que es templada, entre gorda y magra, por que causa sangre templada. Y Rasis dixo, La carne colorada sin gordura es de mas nutrimento, que la que tiene gordura engendra buena sangre e fortifica el estomago, y engendra menos de superfluydades, Pues tengamos por conclusion, que la carne para sa salud sea moderada entre la gorda y la magra, y de animal crescido, no viejo ni engordado aposta en casa,

Isac vniuer dietis. cap. 14

Aliabas. 5. theori. cap. 21.

9. cap. ad almans. lib 3.

CAPITVLO

Doze, como ſe deuen cozer las carnes gordas,e como las magras, adonde ſe declara la naturaleza de las car nes aſſadas, e fritas e cozidas.

COmo no ſiempre tengamos a la mano las carnes medias entre gor das y magras, ſino que vnas vezes las tengamos gordas, e otras vezes magras,por eſſo tengo por bien en eſte lu gar de deſcreuir la manera y orden q̃ ſe deue tener en cozer o aparejar las ta les carnes paraque conuengan a la ſanidad.Digamos pues que aunque aya muchas maneras e modos de cozer e preparar las carnes,dos ſon las maneras principales,conuiene a ſaber en agua,o ſobre las braſas en aſſador,la car ne que ſe pone al agua y fuego ſe dize cozida,la que ſobre las brazas en aſſa-

dor

dor assada, pues luego las carnes magras se deuen cozer en agua, las gordas se deuen assar, como es parescer de Isac por authoridad de Rufo. pues dixo, ansi los antiguos especialmẽte Rufo, dixeron que las carnes magras sin gordura, no se coman sino cozidas por que se rehumedezcan en la agua, y se tiemple su sequedad, e mas abaxo dixo, si las carnes se cuezen con agua y sal, paranse mas tiernas e mas humedas, por razon de la agua, e mas faciles de digestion. De aqui se saca que mucho hierran los que assan la carne magra, como la de la cabra o vaca, porq̃ mas la dessecan, y quã mucho hierran los que cuezen la carne gorda humedesciendo la mas como se deua asar, e assi lo dixo Isac enel lugar allegado, loqual curaron mucho los antiguos conuiene a saber de preparar la carne muy gorda con mucha sal e asar la en mucha e fuerte brasa,, paraque sus

Isac v niuer. dietis. cap. 34

ſus humidades grueſſas e ſuperfluas ſe gaſten e ſe reduzgan a temperamento, pero ſi no fuere muy gorda, pongaſe en menor braſa. Y el miſmo dixo mas abaxo, las carnes humedas que ſon las gordas frianſe e aſſenſe e adoben ſe con coſas ſecas, paraque ſu humidad ſe deſſeque e tiemple. E por eſſo finalmente concluye, que porque la carne del puerco caſero, e la de la oueja es humida que ſe aſſe e no ſe cuega, pero la de cabra, que ſe cuega, y la del buey y que haze contra ſu ſalud el que cueze la del puerco e aſſa la de la vaca, y eſte pareſcer fue de Ariſtoteles, pues dixo, No conuiene que los coſas ſecas ſe deſequẽ mas, pues luego las carnes grueſſas e humedas ſe deuen ſolamente aſſar, pero como ſe ayan de aſſar, digamos lo ſuccintamente eſpecialmente del pareſcer de

Libro problematũ. 20. problem. 5

Raſis

Ad. al mansor lib. 3. cap. 12 Rasis que dixo, la carne assada sobre las brasas mantiene mucho, fortifica el cuerpo, mantiene con presteza, empero tarde e apenas se digere del todo, pero la carne que se pone en parrillas al horno muy mal se assa, y es mala e de poca substancia para mantener, empero no concuerda con el Isac, pues dixo el fuego de la panaderia, que es el horno, es mas blando, e mas sossegado para assar, e sera bueno, porque como esta sin llama tiene calor templado, e no deseca e assa por defuera la carne dexando lo de dentro crudo e por assar, como lo haze el fuego de los carbones, e mas me allego yo a esta opinion, pues el mismo Rasis dixo enel mismo lugar, la carne assada en assador es guessa y de mucho nutrimento, laqual no se digere, sino en estomago robusto e caliente lo qual no prouiene sino porque lo de dentro no esta bien assado, como lo dixo Isac arriba, de esto se paresce como *vniuer sa. die. cap. 19*

la carne gruessa puede ser assada en dos maneras, e qual manera sea mas cõuenible: Empero que sea la naturaleza de la carne assada quando bien se digere, dixolo Haliabas đ esta manera, la carne assada es caliente, templada en humidad e sequedad, de mucho nutrimento, pero retarda la digestion, especialmente si la tal carne assada es de animales magros, porque si fuere de animales gruessos, facilmente abaxara đl estomago, y es vtil y prouechosa para los que trabajan, y para los varones exercitados, esto sintio Auicena diziendo, la carne assada sobre las brasas en assador, si vna vez por vna se digere da mucho nutrimento, e restaura mucho empero lo cozido, engendra enel estomago blandura e terneza, sin firmeza Sea pues la conclusion deste capitulo que la carne magra se deue cozer, e la gruessa assar, e ninguna carne se deue freir, porque la carne frita con gordu-

5. Theo cap. 24

4. pri. cap. 20.

ra

20.ter. trac.1. cap.21. ra, causa enhastio, detienese demasiãdo enel estomago, pues dize Auicena, lo frito impide la confortacion de la carne e la muchedumbre de su nutrimento, loqual proviene porque no se digeré enel estomago, finalmente se deue guardar el precepto đ Auicena que dize, qualquiera carne assada, no se cubra çabullendola, mas antes se dexe descubierta hasta que euapore, porque quando se cubre, çabullendola, hazese veneno, elqual trae muchos malos accidentes, el primero y el segundo dia e algunas vezes mata. Esto mismo sintio Rasis diziendo, si lo que se assa luego como lo apartan del fuego lo ahogan, e antes que se euapore, por vna hora lo embueluen tãtas vezes que no lo dexen desabahar, o desuaporar, e se comiere desta manera, de la tal comida se causara fluxo de vientre, e ascos e vomitos, e aun acaso muchas vezes matara e faltara el sentido, por vno o dos

6. cap. noue. lib. 4. tratatu. 2. cap. 11.

Lib 8. ad alman. ca.27.

dos dias,esto es lo que sienten los anti
guos de las carnes cozidas e assadas
porque aprueuan ansi lo vno como lo
otro,haziendo se como deue,pues ansi
las carnes cozidas como las assadas, cõ
fortan el cuerpo,porque aunque las as
sadas estan secas por defuera, estan hu
midas por de dentro,las cozidas al re-
ues porque estan humidas por defue-
ra e secas por de dentro,como lo qui-
so Aristoteles,e lo dixo Auicena, enel
canon segundo,diziendo el nutrimen
to de la carne assada, es seco, el de la
cozida es humido.

Aristo
4.me-
theorũ

CAPITVLO

Treze,de la naturaleza de las carnes
saladas, y quales carnes se
deuen salar, quales no.

MVchos ay que gustan mas de carnes saladas, que no de las rezientes e frescas, e assi indiferentemente hazen salar las mas carnes, ignorádo que carnes sean buenas para salar e quales no, loqual no harian si supiessen lo q̃ dize Isac, elqual afirma que la sal haze su obra en las cosas segun las naturalezas de las cosas que padescen e no segun su propria naturaleza, dedonde prouiene que algunas vezes endurešce e otras vezes regala e reblandesce, como se ve enel calor del fuego, elqual ꝗ seca el barro, reblandesce la cera, de lo qual infiere que todos los animales de carnes blandas e humidas como son los lechones e corderos de leche, e todos los animales secos e duros, como son los bueyes y puercos viejos no son buenos ni loables para salar, y despues dize q̃ las cabras e bueyes no son loables para se salar. E finalmente concluye; que los animales de carne blanda

Isac in vniuersa. diet. cap. 18

blanda e de pocos humores,no ſon loa
bles para ſalar, como ſon los puercos
pequeños,elqual pareſcer es de Gale-
no que dize,los cuerpos de los anima- *3. ali.*
les que ſon conuenibles para ſe ſalar, *ca.pen.*
ſon de todos aquellos que tienen
la carne dura e llena de ſuperfluidades,
los quales tienen derramada en ſi vna
humidad flematica, laqual humedad
quantomas fuere e mas viſcoſa, tanto
mejor recibe la ſal,empero los anima-
les que tienen la carne blanda, o dura
ſin ſuperfluydad, no ſon conuenibles
para ſe ſalar.E affirma otroſi,que la car
ne dura e ſeca,no ſe puede comer ſala-
da,de los quales dichos pareſce claro,
el herror de aquellos que ſalan las car-
nes de los bueyes viejos,las quales co-
mo ſean de ſuyo ſecas, añadiendo las
ſal,ſe tornan muy mas ſecas e dañoſas,
para la ſanidad promptas para engen-
drar melancolia,empero vengamos a
E de

dezir que sienten los phisicos, de la carne salada, quesegun lo que emos dicho bien se puede salar. dezimos que la tal carne salada no es loable, empero no se deue vituperar tanto como la carne de los otros animales, que son secos y viejos: por que aunque por la sal se aya desecado demasiado, ẽpero no es muy caliente respecto de su excessiua seque dad, pues dixo Isac, que la sal calienta moderadamente e deseca excessiuamẽ te. porque tiene dos virtudes, vna de cortar y diuidir, otra de apretar e vñir e segũ antrambas operaciones deseca, lo mismo dixo Serapion enel libro de medicina mollificatiua. adonde dize q̃ la sal deseca con vna fuerte desecacion Lo mismo dixo Galeno. 5. de simpliciũ facultatibus. Por esso dixo Auicena sabiamente, que aunque la carne salada sea al principio humida despues se haze dessecatiua, porque tiene mas se-

Isac di. parti.

Gal. 5. de sim.

Auic. 2. cano. c. 106.

que

quedad, que quantas carnes ay, e por
esso es de poco nutrimento, e malo, lo
mismo afirmo Rasis ansi, la carne sa-
lada es de poco nutrimento, porque
la sal consume la humidad de la tal
carne, y estriñe el vientre, especial si
se echa en vinagre, E Galeño enel ter
cero de locis affectis dixo, Todas las
cosas saladas, mayormente las carnes
de los animales, aora sean monteses,
aora criados en agua, aora domesticos
engendran carne melancolica, de aque
sto se ve quam reprouadas sean las
carnes saladas de los sabios phisicos,
è no solamente las carnes, empero y
todas las demas cosas saladas, porque
son muy periudiciales, para la sanidad
Pues luego no se deuen comer las
carnes saladas por via de mantenı-
miento sino por via de medicina e re
medio, alguna vez pa despertar la gana
de comer perdida; y, paraque la flema

Conti nen' 23 c. 70

Gal. 3 de locis affect.

que esta enel estomago se alimpie e deseque, pues segun Auicena, tres son los effectos, que haze la sal o cosa salada, alimpiar, deslauar, desecar, corregir la putrefaction,

Auic. 2.cano. cap. 3.

CAPITVLO

Quinze, de las propriedades de la carne de cabrito, e de sus vtilidades.

TIempo es paraque vẽgamos a los particulares, o primero tratemos de los animales de quatro pies, despues de las aues, e de los de quatro pies vengan primero los domesticos, e despues los monteses, e porque entre los domesticos el cabrito tiene el primado, empecemos dende su carne, e luego diremos de la carne de la ternera, e del cordero

dero de vn año,aſi como lo dixo Auicena,conuiene que el conſeruador de la ſanidad procure que el cibo ſea tal qual es la carne del cabrito,o de la ternera o del cordero đ vn año, pues luego enpeçando de la carne del cabrito, diremos cõn Iſac en las dictas vniuerſales cap.14. La carne de los cabritos q̇ maman,es templada y no tiene malicia alguna.pero no conuiene a los trabajadores,aunque cauſa buena ſangre e deſpues dixo,la ſangre que ſe engendra del cabrito es media,entre la grueſſa y la ſubtil,entre la fria y la caliente, empero declina a fria e humida. Lo qual dixo Raſi s.4.de ſus aforiſmos,la carne del cabrito es admirable fria e humida,aũque tiene cierto olor,e por eſſo los cabritos no ſe deuẽ comer grãdes,ſino pequeños,e ſon conuenibles para la ſalud. Y enel libro 23. del continente cap 703.Dize la carne del cabrito es idonea para los calientes y ſecos,

Auic. 3.par. do. 2. cap 7.

Iſac dietis. vniuer cap.14

Raſi.4 affor. & 23 del cõte ca.703

por la humidad de la leche, y engendra buena sangre, e Isac enel lugar acotado, dixo, las carnes del cabriro, son las mejores de quantas ay entre los animales de quatro pies. Porloqual la sangre que se engendra dellas es mas delgada e de mas mantenimiento, e mas conuenible, para los hombres, en especial para los que salen de enfermedad. Pero las de las vitellas o terneras, engendran mas gruessa sangre, porque los bueyes son mas gruessos e mas humidos, y en las particulares dietas, Las carnes de los cabritos son conuenibles para los que tienen mala cõplexion e para los q̃ salen de dolencia, por la bondad de su cõplexion, y en otra parte, los cabritos de leche, son mejores de todas las de mas carnes de los otros animales, en complexion, en digestion, en nutrimento en sabor, porque por parte de la leche le viene vna natural humidad que caresce

Isac v niuer. cap. 14

Idem in particul,

resce de toda agudez, porque en su car ne son templados en calor e humidad e por esso dan vn mantenimiento delgado e tenue, sin corrupcion, e por esso son vtiles a los calientes e secos, que salen de dolencia, y quantomas remotos estuuieren del dia de su nascimiento, mientras maman, mas loables son e mas tiernos, por la humidad de la leche, porque aunque sean buenos rezien nascidos, no empero tanto como adelante, por la buena templança de la leche, e assi lo quiso Galeno enel libro de atenuante victu, diziendo, de solas las carnes del cabrito, se puede vsar sin ningun recelo, e Auerroes enel Quinto del colliget, despues que puso la carne đ las gallinas por suprema ẽtre todas, dixo q̃ era la mejor la đl cabrito ẽtre los animales đ quatro pies Pues luego tẽgase por conclusiõ q̃ la carne del cabrito es muy buena pa los holgados e delicados, y no pa los q̃ trabajan,

Auerroes. 5. coliget.

 obser

Auic. tercia primi. doct. 7 cap. 2

obseruando siempre el precepto de Auicena, que dize, quando el cabrito estuuiere frio es mejor, porque se resuelue su vapor, empero quando el cordero estuuiere caliente, es mejor, porque su mal olor se quita.

CAPITVLO

Diez y seys, de la carne de la vitella o ternera que es de leche o de la que no es de leche.

Isac. vniuersa. cap. 14

LA carne de la ternera es muy aprouada de los antiguos, y esta en dos differencias porque la vna es de leche y la otra no es đ leche, e assi la vna carne como la otra es buena e aprouada para la sanidad, aunque no conuiene a los que se leuantan de dolencia como la carne del cabrito, ansi se vio arriba e segun que lo dixo Isac, en las vniuersales

ſales dietas,anſi las carnes de las terne ras aunque ſean loables no ſon conuenibles para los conualeſcientes que ſe leuantan de dolencia,porque ſus miẽbros faltan en la digeſtion de los manjares grueſſos,y en las particulares dietas dixo. Aunque la carne del ternero no dañe a los que ſe leuantan de enfermedad, empero es graue para ellos, por la falta de ſu virtud digeſtiua, de eſto ſe ſaca,que la carne de la vitella es algo grueſſa,e que no aſi conuiene a todos como la del cabrito, pero a algunos es conuenible la carne de la ternera,de leche, como a los que ſon algo trabajados por la poca groſeza que tiene,y por ſer templada,e aſi dixo Raſis, la carne de la ternera,ſi ſe digere engẽdra buen nutrimẽto enel cuerpo. Pues luego tengamos por aprouado, que la carné de ternera e de corderos de vn año es conuenible para los q̃ medianamente ſe exercitan,empero la carne d̃ la

Iſac v niuer. cap. 14

Ra. 23 cinti. ca 703

la ternera o ternero que mama, ya es tanbien buena y loable aunque es mas dura y difficil de digestion, como sea mas gruessa y seca, y ansi lo dixo Isac enlas particulares dietas, los bezerros crescidos menos humidos son que los de leche, y con mas difficultad se digeren, y la sangre que se engẽdra de ellos no es vituperable, porque tiene fuerte calor, esto se deue entender delos bezerros que no ha mucho q̃ los destetaron porque los demas tienen gruessa y seca carne y engendran mala sangre Finalmente concluye, que el bezerro de leche es mejor que el que no es de leche, porque por la humidad dela leche se tiempla su carne, y por esso dixo Auerroes·5.colliget. las carnes delas terneras o bezerros (porque como se ha dicho, mejor se entiende de los machos) son buenas, porque no tienẽ humidad superflua, como las del cordero, ni tienen frialdad como las d̃l buey viejo, y son

Isac diet. partti.

Auer. 5.colli.

ſon mas oloroſos que las demas carnes y eneſto tambien hazen ventaja a las del cabrito, porque enlas carnes del cabrito ſe halla vna ſuperfluydad viſcoſa quando ſe cueze.

CAPITVLO decimoſeptimo, adonde ſe pone como ſea mejor la carne del cordero de vn año, que no la del cordero de leche.

LAs carnes del cordero de leche tienen mucha humedad ſuperflua, y las delas ouejas viejas tienen aun mas ſuperfluydad e humidad, y ſon đ mal mantenimiēto, y por eſſo la tal carne ſe deue vituperar, como lo dixo Haliabas la carne del cordero, es de mas humedad, y mas calor, que la carne del puerco, y engendra flema, y la carne de la oueja engendra mas ſangre, lo

Helia. 5. theorice. c. 21.

Gal.3 de ali. lib.de euchimia.

lo mismo quiso Galeno,libro 3. de alimentis,libro de enchimia et cacho.ca. 4. adonde dixo, la carne del cordero es humeda e viscosa,e poresso no haze para la conseruaciō de la sanidad,esto emos dicho y entendido de los corderos de leche porque de los corderos de vn año es otro negocio pues la tal carne es loada de los sabios,porloqual no se deue vituperar sin election como algunos piensan, sino fuesse quando es cercana a la leche que mamo o mas vieja,e ansi dixo Isac en las particulares dietas, la malicia de los corderos đ leche,e de las ouejas viejas es grande, por su mucha e superflua humidad, e por la mucha flema que engendran, porloqual antes que sean digeridas enel estomago van abaxo por camara, empero los corderos crescidos,aunque tengan malicia,por la humidad de la leche passada:empero por la razon de la sequedad de su edad de iouen,se tiēpla

pla la humidad pasada,porende son lo
ables e faciles de digestion,y engendrá
buena sangre,y en otra parte dixo,que
la carne del cordero crescido de vn a-
ño es semejante a la carne humana,
porque la tal carne no es humida (co-
mo algunos piensan),y el mismo Isac
dixo arriba.cap.14.La carne del corde
ro añal es calida,en humidad e seque
dad templada,e rasis dixo que la carne
del cordero añal es buena para la cole
ra negra o melancholia , especial si
son castrones, y en otra parte dixo
la carne del cordero añal en dige-
stion e nutrimento,no es inferior a las
carnes de quantos animales ay,E Aue
roes v.colliget,Dixo despues de la car-
ne del cabrito,tiene segundo lugar el
cordero añal en bondad pero a se de
aduertir que los tales corderos apa-
centados en lugares secos e calientes,
como en los montes en tiẽpo de estio,
son mejores,aunque sean de leche, q̃
los

Ibidem Vniuer dietis. cap.13

Ibidem cap.14

Ra.23 Con. c. 7.3. Auner 5. col.

que los corderos añales criados en lugares humidos, en especial si le assan a carbones, y buena brasa, y se aparejan con sal, de dõde se sigue y tiene por cierto, que los corderos del mes de Hebrero son muy malos, lo vno por ser rezien nascidos, lo otro por ser nascidos en tiempo humido, y en lugares humidos. Porque en tal tiempo descienden los pastores de los montes a los lugares humidos, como es a las viñas y plantas, lo otro porque los pastores engordan los corderos aposta, paraque pesen mas con harina de linueso. Pero segun Auicena, deuese comer la carne d̄l cordero caliẽte actualmẽte porq̄ se resuelua su mal olor.

CAPITVLO diez y ocho, de q̃ naturaleza ſea la carne de puerco, y de ſu vtilidad y mantenimiento.

TOdos los antiguos concedieron, q̃ la carne del puerco es la mas humida de quantas ay, y mas fria que muchas, y de loable mantenimiento, con tal que ni ſea de puerco viejo, ni de lechon que mama, como lo dixo Iſac enlas dietas particulares, Los ganados eſpecial de ouejas ſon menos humidos que los puercos, porque los puercos ſon mas frios y humidos de quantos animales ay, de ſuerte que en ſu cõparacion ſean los puercos monteſes ſecos, y porende de menor nutrimento, En otra parte, dixo, la carne del puerco domeſtico es menos caliente que las demas carnes, y mas humeda que ninguna, en tanto grado, que

Iſac dietis parti.

que los antiguos la compararon al azeyte onfancino, por su mucha frialdad, Lo mismo sintio Galeno enel .2.de temperamentis, adonde dixo, las carnes de los porquezuelos e corderos sõ las mas humidas de quantas ay, e no conuienen en toda edad, sino solamente quando tienen mas calor, qual es en su juuẽtud, e ansi lo dixo Isac en la misma parte, los animales que de su natural son humidos, quando estuuierẽ en su edad perfecta de juuentud, su humidad se tiempla con la sequedad de la edad, y exẽplifica en los puercos e corderos, los quales son mejores que los bueyes, quando son crescidos, pues como dixo Isac, las carnes de los puercos crescidos en su juuentud, engendran buena sangre, e son loables, pero las de leche son malas acrescientan putrefaciõ e corrupciõ, engendrã flema gruessa, e si hallan el estomago con viciosos humores, los acrescientan e mas dañã, por

Gal. 2. de tem.

porende son prestas a engendrar piedra de riñones, y gota artetica, y ciatica, y perlesia, y apoplexia, Pues luego la carne de los puercos sea de los que son crescidos jouenes, por q̃ aunque la tal carne sea dura de digestion y tarda para passar por las venas y gruessa, empero es de mucho nutrimento, como lo dixo Galeno ẽnel methodo, finalmente dixeron Auerroes y Haliabas, que la carne del puerco jouen es de las carnes la mejor y de mas nutrimento y mas semejante y conuenible alos hombres, y por esso dixo Galeno, q̃ comiendo cierto hombre carne ꝺ hombre por de puerco no hallo differencia alguna en sabor ni en color, lo qual es señal que es muy semejante a la humana, y Auicena dixo que huuo algunos que vendieron carne de hõbre por de puerco y fue occulto hasta que vierõ los dedos dela mano, y en otra parte dixo, la carne del puerco montes y casero, se.

Auer. 5. colli get.

Auic. 2. can. c. 604.

gun lo q̃ ſe dize, es de preſta digeſtiõ y de firme nutrimento viſcoſo y grueſſo y dixo, ſegun lo que ſe dize , porque el no lo comio por ſer prohibido en ſu ley, y Galeno alabo mucho las carnes del puerco, porque dixo enel. 3. de alimentis cap. 1. de todas las comidas no ay coſa de mayor nutrimento que la carne del puerco y enlo de bono & malo ſucco cap. 3. dixo, es la carne del puerco para comer la mejor de todos los animales de quatro pies, pero a ſe de cõſiderar, que aunque tanto ſea alabada enlos authores la carne del puerco, empero es de mantenimiento grueſſo y viſcoſo, y que no es conuenible para los que huelgan, y por eſſo ſe deue vſar tal carne con moderacion, y mas en tiempo de ynuierno, que en otro ninguno, y mas del puerco ſylueſtre jaualin, que no del caſero, pues dixo Auicena, dizen los chriſtianos, y los que los imitan que la mejor de las carnes

Gal. 3. de ali. Idẽ tiṫu. de euchim

nes

nes es la del puerco montes, por que fuera de que es mas ligera que la carne del puerco casero, es de fuerte nutrimento y demas mantenimiento, y de presta digestion, y es la mejor que se puede comer enel ynuierno, porque en tal tiempo la virtud digestiua esta mas fuerte, como lo dixo Hyppocras enel primero delos Aphorismos, ventres hyeme & vere. &c. Pues luego todos los que hazen exercicio no escojan otra carne sino la del puerco, empero los ociosos y que huelgan y estan assentados guardense de ella en especial dela del puerco casero que no salio al campo y se engordo aposta en casa especial es dañosa alos asmaticos y tossigosos como lo dixo Hippocrates ẽ el 1. ḋlas epidemias, y dize se delos pulmones del puerco montes que aprouechã mucho a los que beuen mucho y se enbriagan porque comiendolos no se enbeudaran, otros dizenq̃ tomãdo se en

Auic. 2. can. cap. eo

Hipp. 1. apho.

poluo y beuidos cō agua en vn vaso he
cho de cera quitan la borrachez, como
lo trae Ioan Vrsino.

CAPITVLO

19 De la naturaleza delas carnes de
los castrados, y quales dellas
sean mas loables.

24.cō-
tinen.
c.703.

DIze Rasis hablādo de los castrados
la carne delos castrados ansi d̄ car
neros como de cabrones es loable por
que humedesce, y es dulce y de calor
moderado, empero si se enuejecē es ma
la y engendra melancolia y gruessa san
gre, lo qual dixo Isac enlas particulares
dietas ansi, los carneros en su edad flo-
rida son de menor humedad y viscosi-
dad que los corderos, por la sequedad
de su edad que es sobre su complexion
y por

Isac
par. die

y por esso su carne es mejor que las de las ouejas, y los corderos, la qual si fuere digerida engẽdra buena sangre, porque su complexion es templada en calor y humidad, especialmente si es de carneros de edad florida, porende es de buen sabor; si la tal carne no es de carnero reuegido. Porque aunque sea castrado es muy malo en su carne por el deffecto de calor natural, el qual calor falta enellos por doscausas, por su edad mucha, y por la falta delas turmas o testiculos, y por esso concluye que el cordero añal es mediano entre el cordero que mama y entre el carnero de edad florida, porque ni tiene tantahumidad como el de leche, ni tanta sequedad como el carnero ya hecho, y por esso es mejor q̃ los demas carneros, y mas facil de digestion, porque engendra vna sangre de subſtácia moderada, especial mente es vtil para los hombres mancebos de caliente y seca complexiõ, y

para los que habitan en region semejante, lo qual entiende Isac, de ganado ouejuno castrado, pues este tal ganado es mas humedo que el cabruno, aunq̃ sea castrado, lo qual se paresce por el mismo enlas vniuersales dietas cap. 13. y. 5. adonde dize. La carne del cabrõ es tenida por carne de animal reuegido, y Auerroes enel, 5. de su colliget, encomienda las carnes de los castrados, pues despues delas carnes del cordero y otras loables carnes que auia contado, dize, q̃ es la carne delos carneros y esta es la opinion dela mayor parte delos phisicos excepto dl Galeno, el qual vitupera las carnes del carnero, esto dezia Auerroes, pero esta opinion leuantosela al Galeno pues sintio lo cõtrario como claramẽte paresce enel, 3. de alimentis. c. 1. adonde dize, la carne delos carneros castrados es mejor que la delas ouejas y cabras, pero la carne delos carneros antiguos y viejos es muy mala,

Idẽ vniuers. diet. c. 13. e. 5.
Auer. 5. col.
Gal 3. de alim cap 1.

la,y tābiē q̄ los cabrones castrados den de cabritos; si fueren de edad florida tā- bien son approuados, e Isac enlas parti culares,dixo,los cabritos ya cresçidos de edad florida castrados son mejores q̄ los q̄ no estā castrados,porq̄ su car- ne no es de tanta agudez, y su seque dad es templada, y por esso es mas sabrosa y mas facil de digerir,porque si fuere delos que no estā castrados y son grandes sera vituperable inhabil para la digestion y mantenimiento, pero si el tal cabrito fuere cresçido y castra- do,o de leche sera bueno, por que en el castrado desminuyesse su agudez ,y su carne se humedesce y adelgaza, y se haze mas sabrosa,deuese tābiē de ad uertir,q̄ cōparādo la carnedel cabron con la del carnero, supuesto que el v- no y otro seā castrados y deygualdad en edad gordura,a se đ respōder q̄ es la mejor la đl carnero porq̄ si el carnero por castrar es mejor q̄ el cabrō por cas

Isac diet. parti.

trar tambien el mesmo castrado sera mejor que el otro castrado, y ansi dixo Auicena la carne cabruna es seca y demas difficil digestiõ que la ouejuna. De aqui se infiere que las carnes de los animales florentes en edad son mas lõables que las delos castrados, como paresce delo dicho.

Auic. cau. 2.

CAPITVLO 20. Dela carne de bueyes y vacas.

c. 14. de vniuersa dieta.

Como lo dize Isac, la carne đlos bueyes e vacas es fria y seca, y no es de marauillar pues es delos animales grandes terrenos, y porende en comparacion dela delos animales menores q̃ son ouejas, cabras, y puercos, es muy seca, y mas seca que la carne de cabra, y por esso dixo en otra parte, q̃ la tal carne de bueyes causa sangre melãcolica y gruessa y mucho nutrimẽto rebelde para la digestiõ tarde se despide del estomago,

mago, y dificultosamẽte se desmuele en los miẽbros, aprieta el vientre, y si los q̃ la comen son melancolicos, crian baço padescen quartanas, corrõpense les sus cõplexiones, y caen en hidropesia, e algunas vezes se les engendra dela tal comida cãcer, lepra, y por esso dize el mismo Isac, o quãtos daños trae la carne dela vaca, y tantos mas quãto mas fuere vieja, engendra melancolia es difficil de digestion, porque es muy seca de su cõplexion, especialmente trae estos daños enlos cuerpos melancolicos. Y es muy mala para los q̃ tienen tosse y ruptura enlos pulmones porque como dize el Galeno sobre el sexto delas epidimias com. 4. no solo daña alos vasos rompidos delos pulmones empero haze y causa daño enlos instrumentos de la respiration aunque esten buenos, porque causa tension y calor y ventosidad, ansi lo dixo el mesmo Hyppocrates enel texto, por que entre las cosas

Gal. 6. epide. com. 4

que dañauan alos que padeſciá aſmas contola vaca,diziendo.In his interdicere allium,porcinam, ouinam,& bubulam carnem in his difficulter ſpirantibus clamore & iracundiá eſt abſtinendum. La delos viejos bueyes es abhominable đ naturaleza de madera resiſtente ala digeſtion, muy ſeca, y por eſſo ni da ſabor ni nutrimento, y dixo Galeno enel primero đ alimentis,que ſiendo los bueyes de edad florida ſon no đ poco mátenimiéto, empero grueſſo y engendran ſangre muy mas grueſſa delo que conuiene, y ſi el que las come fuere melancolico acarrear le han alguna enfermedad de melancolia, de aqui ſe pareſce quan mala ſea la carne de la vaça, o buey, aun que ſea el vſo en contrario, pues la mayor parte de los hombres comen ſus carnes en eſtas tierras, por ignorar ſu gran malicia. Guarden ſe pues todos de eſtas carnes, en eſpecial los melancolicos,

Galen. 1. de alimē. c. 1

licos, porque aunque delas vacas cref-
cidas y de buena edad, fe engendre
mucho mantenimiento es grueffo ne
gro no lo coman, fino los que mucho
trabajan y fe exerciran, efto dixo Aui-
cena fecunda primi., capit. vigefimo
quinto, efto dixo Rafis, libro vigefimo
tertio, continentis, ca. 73. efto Galeno
enlos libros de alimentis.

CAPITVLO.

21. Dela carne delas liebres, conejos y zorros.

PVes ya emos tractado dela natura-
leza delas carnes dlos animales do
mefticos, tratemos aora dela de los mõ
tefes, y vẽgamos primero a las liebres
tan bufcadas por caça dlos mas nobles
como mãtenimiẽto muy fuaue, pero no
del parefcer delos fabidos, pues dixo I-
fac, las carnes dlas liebres, y dla zorra y
de

*Ifac v-
niuer.
diet. c.
c. 13.*

de otros animales de esta suerte, no sõ semejãtes a la naturaleza humana, mas por contrario son de muy mal nutrimento, lo qual se paresce por la grauedad de su olor, e por su hedor, y en otra parte dixõ La liebre es seca engẽdra sã gre gruesa, por esso es conuenible a los que quieren mudar su complexion en caliente e seca, y contraria a los delicados e holgados, y a los que comen mã jares delicados, lo mismo dixo Galeno en el libro de attenuante victu, e Rasis dixo, q̃ella y das de mas animalias mõtesinas engendran melancolia, empero aum que Rasis dize, que las carnes d̃las liebres se deuen adobar con especias e cosas aromaticas para adelgazar el mã tenimiento grueso que dan, lo contrario hallan los monteros por espericẽcia, por que como sea carne seca y exercita da mejor se prepara con cosas humedas, De los conejos no tengo que dezir sino que son de la misma naturaleza de las

Gal.li. de attenuante victu. Rasis 25. cõtinen. ca. 1.

las liebres,en effecto son liebres peque
ñas de debaxo de la tierra , empero su
carne es mejor que la dela liebre, y de-
mas facil digestion,no hallo quien ha-
ble della sinó Platina que dize esto mis *Gale.*
mo,y Galeno enel tercero de alimētis, *C.dd a*
a donde dize,que en vnos lugares se ha *limen.*
llan todos linajes de animales, ansi co- *capi. 1.*
mo en España,a donde se halla vn ani-
mal semejante a liebres pequeña que
llaman conejo,y abaxo dize,que de e-
stos tales animales liebres y conejos,
los que fueren mas gordos son mejo-
res,y los que no lo fueren son peores,
lo qual se halla por esperiencia. Esto
es lo que dize Galeno. De las zorras
dize en el mismo libro, que en el oto-
ño por vēdimias es buena su carne por
que se hartan de hutias, pero como sea
animal q̄ no se come no ay que tractar
del,empero enlos cuajos de las liebres
se esperimēta tātavirtud y enla matriz
que tomando se hechos poluos quitan
las

las camaras y puestos sobre los oydos quitan el dolor y que con su sangre se quitan las manchas de la cara como lo dizen Gal. e Auic. y el sexto Pitagorico.

CAPITVLO 22. đ la carne del Cieruo de la Gama e Cabra montes.

Aunque algunos medicos en sus cõsejos, como veo, alabã la carne de los Cieruos e Gamas empero no es cõforme sino muy cõtrario de lo que los antiguos escriuieron della, por que si ellos lo expitimentasen e leyessen a los antigos, no se arrojarian ansi a hablar, Pues dize Rasis las carnes delos animales que van a viejos es de dificil digestion e de mal mantenimiento, e la carne del Cieruo no es de menor malicia conuie-

Rasis 23. cõtinent. capit. 703.

conuiene asaber q̃ la de la Vaca e cabra e liebre, pues en malicia de mantenimiento, e de dificultad en la digestion no es menos, maliciosa, e despues dize la carne del Cieruo engendra sangre melancolica, y es de difficil digestion empero mucho ayuda a su digestion, el trauajo y exercicio antes de comerla, e despues de auerla comido anden vn poco y duerman sobre el lado yzquierdo, este parescer fue tan bien de Galeno, pues en el libro de attenuante victu dixo, despues de la carne de los asnos viene la de los Cieruos, por lo qual se deuen guardar de comerlos, e Auicena dixo la carne de Vaca, de Cieruo, de cabras monteses, e de aues grādes, hazen venir quartanas, e Isac dixo que la carne de los cieruos engendra melencolia. Pero mejor es la de leche tras esta la de los ya crecidos, empero la de los bueyes es abominable, con todo esso, si los ya jouenes fueren castrados seran mejores, por que su calor e se

Gal. lib. de atten. victu. Auic. 2. can. capitul. 146.

quedad se tiempla por la castradura, pe
ro no los han sino los señores y gran-
des, porque los crian dentro en sus ver
geles, por lo qual, estos tales se dirã do-
mesticos, y su carne sera loable si como
digo, fueren chicos, o ya algo crescidos
porque seles acrescentara doblada hu-
medad, vna del ocio y sossiego que an
tenido enlos vergeles, y otra dela edad
la qual se templara cõla mucha seque-
dad de su complexion. Empero aqui a
ora no tractamos sino de los mõteses.
Empero dela carne dela cabra montes
dezimos, que es la mas approbada en-
tre las carnes đ todos los animales mõ
teses, y ansi lo dixo Isac, enlas vniuer,
dietas. cap. 13. con autoridad del Galeno
los animales monteses no son tã sabro
sos, como los domesticos, fuera đlas ca
bras, las quales como sean mõteses son
mas sabrosas y mas loables y đmas nu
trimento, porque de su mucho moui-
miento y trabajo, se bueluc su sangre
muy

Isac. dietis vni. c. 13.

muy ſubtil y ſu cuerpo ſe haze mas raro y ſus poros ſe abren mas, y ſus humores, los quales ſon cauſa de vn graue olor que tienen, ſe diſſueluen, y deſpues añadio, las animalias domeſticas ſon mas ſabroſas y de mas nutrimento que las monteſas, exceptos los cabrones o cabras monteſes, y Raſis tertio ad Almanſorem cap. 9. dixo, la carne del Gazen que es cabra monteſa ſe tiene por mejor entre las carnes monteſes y la ſangre que de ella ſe engẽdra careſce de ſuperfluydad, empero declina a melãcolica por ſu ſequedad. Pues luego quede por concluſion, que la carne dela cabra montes es la mejor, empero que abſolutamente no es loable, porque es melãcolica como todas las demas carnes monteſes, y por eſto manda Raſis. 4. aphoriſmorum, que ſe cuega con azeyte, y anſi ſe quita mucha parte đ ſu ſequedad, y ſe haze muy deleytoſa de comer y es cõuenible para

Reſis. 3 ad. Al man. cap. 9.

Raſis 4. aph.

ra la perlesia fria, y Auicena dize en el 2.canon. la carne del Gazel que es cabra montes, es mejor de las monteses, aunque declina a melancolia, y por esso la adereçamos con cosas humidas. Empero de la Gama que es el Corço, no diremos mas de que es de la misma naturaleza que la cabra montes, como lo escriue Platina, y della dixo Rasis. 23. continentes. capit. 703. de la carne del Corço se engendra sangre cercana a melancolia, empero es mas loable que la del cieruo y dela vaca, y dize se que su carne dela cabra montes o sus sesos dados a comer al niño, antes que mame le preserua de alferezia como lo trae Ioan Vrsino del sexto Pytagorico, y Plinio aunque el Plinio dixo aprouechar para qualquiera en la gota coral.

Auic. 2. can.

Rasis. 23. conti. 703

CAP.

CAPITVLO

23. Dela carne del Erizo.

PAresce de lo dicho, y delo que se dize, que mientra las carnes son mas semejãtes alà naturaleza humana son mejores y mas conuenibles, digo lo, porque Isac enel capit. 13. de las dietas vniuersales dixo, que por esso la carne del Erizo es de malino nutrimento, porque es muy dessemejante y muy diferente de nuestra complexion, y por ende no se deue comer por via de nutrimento, sino por via de medicina algunas vezes, pues el mismo dize enel libro de las particulares dietas, que la carne del Erizo tiene virtud y fuerça de ensoluer y dessecar, en especial confortà el estomago, relaxa el vientre, prouoca vrina, es vtil a los que estã prõptos a padescer lepra, lo mismo quiso Serapion en el propio capitulo del

Isac vniuer diet, c 13.

Serap. c. de erizo.

erizo, à donde dixo, quando el erizo se desseca de suerte q̃ se puede hazer poluos que se beuen, conuiene a los leprosos y alos que tienen mala y corrupta complexion que predomina en sus cuerpos, conuiene a espasmo, a dolencias de riñones, a hidropicos, lo mismo quiso Auicena a donde tambien dixo, que la carne salada del erizo conuiene a perlesia y espasmo y a todas las enfermedades delos nieruos, y ala lepra, por la fortaleza grande de desecar y resoluer, lo mismo dixo Rasis, por authoridad d' Bimasui, la carne del erizo conuiene aptisicos, lepra, spasmo, dolor de riñones, en especial si se d̃sseca y se haze poluora y se beue. Y dixo mas que el erizo montes es admirable para ensoluer lãparones y ñudos cirrosos y nieruos y su ceniza vale mucho para el que se vrina enla cama, por donde se saca por conclusion, que es bueno por via de remedio curatiuo, y no por via de mantenimien

Auic. 15. ter. cap. 6.

lib. 23. cõtinn. c. 190.

tenimiento, porque o no mantienẽ nada o muy poco, las carnes de camellos de leones, de ossos, de onças, de asnos, cauallos, todas son malas, difficiles de digestion, melancolicas, aunque algunas dellas son medicinales: La carne del camello caliẽte y seca, prouoca vrina, empero de estas carnes, la del asno es de mas delgado mantenimiento, y despues la del camello, la del camello es peor q̃ ninguna. Lo qual sintio Galeno enel libro de attenuãte victu, c. 8.

Gale. libr. de attenu. capi. 8.

CAPITVLO

24. Dela comparaciõ delos animales quadrupedes, con las aues, y qual sea entre ellas mejor carne, y algunos notables de las aues.

PVes ya emos tractado delos animales quadrupedes tractaremos delas

Isac. vniuer sali. die tis c. 16 aues, y primero delas domesticas, y despues delas montefes, pues luego haziẽdo cõparacion entre los animales quadrupedes de quienes emos tractado, y entre las aues, diremos por autoridad đ Isac, cõparando en cõmũ las aues cõlas animalias de quatro pies. Las aues son đ menos nutrimẽto, pero mas đlgado y subtil y mas facil, lo mismo dixo en las particulares dietas ansi. Los animales volatiles tienẽ en comũ carne mas ligera q̃ quãtas ay, y son mas faciles đ digestiõ q̃ los de quatro pies, po no mãtienẽ tãto, y tabien Rasis dixo, La carne đlas aues es đ poco mãtenimiẽto đ presta digestiõ en cõparaciõ đ los otros animales, y mas obaxo dixo, la carne đlas aues es đ mas fuerte seq̃dad q̃ todas las otras carnes, y Gal. 3. đ alim. c. 18. dixo. Toda carne de aues es de menor mãtenimiẽto si se cõpara cõ la delas otras animalias, especial si se cõpara cõ la del puerco, porq̃ no ay carne đ tãto mãtenimiẽto

Rasis cõtin. lib. 33. c. 703. Gal. 3. ali. c 18

nimiēto como esta, empo la carne đlas aues es de mas facil digestiō, especial đ las pdizes, faysanes, palomas, gallinas, zorzales, ficedulas, y de otras aues peq̄ñas, la razon es, porq̄ la carne delas aues es de mayor seq̄dad, como lo testifica Auice. y declara, que la carne de las aues aora sea assada, aora no, restriñe el viētre, Finalmēte, todas las aues son de menos humidad q̄ las otras animalias, en especial las pdizes, tortolas, starnas, porq̄ estas son menos humidas q̄ ningunas, y por ende mas magras. Por lo qual se han de comer quando estuuieren gordas, E por esso tengamos esta regla, que es necessaria, Todas las aues q̄ son secas y magras de suyo, se deuē comer quādo estuuierē gordas, todas las aues q̄ đ suyo son gordas y humidas se deuē comer quādo estuuierē magras, y este parescer es de Isac enlas dietas vniuersales capitu. 16. por que la magrez corrige su humidad, y tiēpla su cōple-

Auic. 2. can. c. 146.

Isac diet. vniuer, cap. 16.

xion,empero comparãdo las aues mõ
teſes con las domeſticas,las mõteſes ſõ
menos humedas de mas facil digeſtiõ
tienen carne mas tierna por ſu raridad
de miembros e por la ſequedad e ſubti
leza de los ayres que gozã,lo contrario
emos de dezir de las aues domeſticas
empero eſtas mas mantienen e ſõ mas
templadas y engendran mejor ſangre
por ſu humedad que tienẽ templada e
por ſu moderado trabajo,pero las aues
domeſticas que biuen en los cãpos ſon
muy mejores q̃ las q̃ biuen en las caſas
por que no comẽ mas ceuo de lo q̃ les
baſta e por que ſe exercitan e mueuen
mas,y es doctrina de Iſac en los luga-
res acotados.Finalmente ſe tenga por
regla general que las aues domeſticas
en caſa engordadas cõ cuydado e no e-
xercitadas no ſõ conuenibles para la ſa-
nidad en eſpecial ſi las tales aues ſon hu
medas de ſu natural conplexiõ, co-
mo ſon las anades, empero ſi las tales
aues

aues fueren secas de su natural deuense
de engordar con cuydado, e ansi dixo
Isac in vniuersa, dietis, capitulo. 116. las
aues que de suyo son secas no se deuen *Isac*
comer sin que primero se engorden *dietis*
en casa con cuydado, lo mismo se de- *vni.c.*
ue entender de las que son calidas co- *16.*
mo son las perdizes, e tortolas, deue-
se tambien de aduertir, que las aues
en especial las humedas no se deuen
comer muy chicas e cercanas a su naf-
cimiento, ni viejas, si no, ya crescidas
de su natural, an se de comer luego si
endo pequeñas. A se tambien de tener
por regla necesaria para la sanidad, que
no se coman las aues luego como fuerẽ
muertas, especial si de suyo son duras
o mõteses, pero despues de muertas se
an de estar ansi vno o dos dias, por que
se paren tiernas e manidas, especial- *Isac.*
mente si las tales aues son montesas, *dietis.*
de lo qual Isac limito tiempo diziendo *vniu.*
que si fuere inuierno estan muertas de *cap. 16*
vn

vn dia antes, si fuere estio, basta que las que sean de cenar estẽ muertas por la mañana, esto se entienda si las aues fueren mõteses o de agua, o duras por que si son tiernas y humidas de suyo, como son los pollos, no hã menester estar manidos tanto tiempo.

CAPITVLO 24. Delas gallinas y sus crias y capones.

TOdos los mas authores antiguos conuienen, en que los pollos de las gallinas son de mas loable y saludable carne de quantas ay, y ni mas ni menos dela gallina, especial dela que aun no ha empeçado a poner hueuos, y an si lo dixo Auicena. 2. canon. capit. 293. đlos pollos o gallos es el mejor el que aun no canta ya, sino que empieça

Auic. 2. can. c. 293.

a

a cantar, y de las gallinas la que aun no ha puesto hueuos, la causa es porq̃ la carne de las tales aues es templada y demas leue y facil digestion de quantas aues ay, engendra loable sangre cõforta el apetito, es conuenible a todas edades y complexiones, como lo dize Isac, capit. 16. de sus dietas vniuersales. Mas dize Auicena eñl mismo lugar, q̃ la carne delas pollas aumenta el entendimiento. Y por esso dixo Auerroes. 5. colliget, que la carne delas gallinas nueuas es la mejor de todas las aues, y tiene admirable propriedad en templar el calor, y por esso su potaje es muy bueno pa los leprosos, y tiene se por creydo q̃ los sesos aumẽtã la substancia del celebro, y aguzan el ingenio. Empero dize Isac enlas particulares, que la gallina nueua es menos humida que los pollos, y por esso en comparaciõ de ellos es mas difficil de digestiõ, pero de mas mantenimiento deue, se entender

Isac diet. vniuer. cap. 16. Auer. 5. colli.

que

que no sea gallina vieja, ni moy gorda, De aqui se concluye, que la gallina es mas seca que los pollos, y por esso estriñe el vientre. Lo contrario es delos pollos, porque ablandan y humedescen, Empero de los capones dezimos, segũ Isac enel mismo lugar, q̃ son mejores q̃ las gallinas y pollos, y d̃mas loable mãtenimiento, porque es templado en todas quatro qualidades, y dixo Isac, las mejores delas aues son las castradas los capones, porque engendran mejor sangre y prouocã a luxuria, esto dixo de ellos Isac en sus particulares e vniuersales. Delas gallinas dize Antonio gazio, que si se capan que son admirable mantenimiento, y que se capan como capones, y dize de autoridad de Galeno enel libro de semine, ser esto verdad pero del gallo, dize Isac enlas particulares, que si es de media edad joue es mas duro de digerir y demas humedad que la gallina tarda de penetrar por las venas

Gal. de semine libr. I. vbi dicit, fx-n. uia, excisis testibus mari cas- jtra[illegible] simi. is cundit.

nas

nas, y mucho mas si fuere viejo E dixo mas el gallo es demas calor que la gallina, y en su vejez adquiere vna salebrosidad, por esso es solutiuo de vientre, y su carne es incisiua, y dixo Galeno, que los gallos viejos cozidos mucho con sal, cominos, eneldo, puerros, açafran, quitan las flemas, aprouechan ala colica, y al dolor del estomago, a ventosidad gruessa. Pues luego los gallos son difficiles de digestion, porque son priuados de su humedad, y por la salebrosidad que tienẽ engendran corrupciõ. Empero su celebro comido dize, se aprouechar contra la mordedura de la biuora si se toma con agua enuinagragrada y pimienta, ansi lo dixo Ioan Vrsino en su Prosopopeia.

Is cerebrum quærat quem læsit vipera morsu.
Hunc tamen accedat posca vel acre piper.

CAP.

CAPITVLO

25. Delos anadones y ansarones.

Auic. can. 2. tra. 2. cap. 42

El anade, segun dize Auicena, es la aue mas caliente de quantas domesticas ay, ẽpero de tal modo escalienta lo enfriado que trae a calentura y abaxo dixo, q̃ su carne se detiene enel estomago, y̆ es pesada, especial la carne del ansaron, pero sus alas son ligeras de digestion, y quãdo la carne de estas aues se digere da mucho mantenimiẽto, lo mismo dixo Serapion, por authoridad de Galen. diziendo, La carne del anadon calienta mucho, e dize tambien que tiene mucha humidad, y por esso es graue y pesada, pero aclara el color. y la voz, y engorda y haze aumẽto enel esperma, engendra ventosidades, y porque es blanda y vntuosa, es graue para el estomago, da fuerça al cuerpo, la causa d̃ todo esto es porque es muy humida a predominio, y dixo Isac enlas dietas vniuersales capit. 16. el anadon, y ansaron, y abestruz, sõ aues mas humedas que quantas ay, especial si se criã en casa, y por esso son duros de digestion, y mucho mas si se crian en lagunas, y por esso son dañosas al estomago y agrauan, y causan putrefacion, por la mucha y superflua humidad. Empero otra cosa se hã de dezir, de sus alas, porque son faciles de digestion por su mucho mouimiento, y ansi enlos gansos, anadones no se deuen comer sino la salas, y el pescueço, porque toda la otra carne, aunque sea de mucho mantenimiento, es mala, como lo quiso Auicena, tercia primi doctrina. 2. cap. 7. E como lo quiso Rasis libro. 3. cap. 9. los quales dizen que su carne es semejante ala dela oueja, por su mucha humedad y dixo Anicena, que los higados de estas aues son buenos y suaues y de buẽ humor, y que por esso suelen detener el fluxo

Serap. cap. de bat.

Isac. dieta. vniuer cap. 16

Auic. 3. pri. doct. 2 cap. 7.

Rasis. lib. 3. ad Alma. c. 9

xo de camaras que prouienẽ del higado. Como lo dixo Rasis libro quarto Aphorismorum, deue se la carne de estas aues assar, y no cozer, y echar la mucha sal porque se consuma su superflua humedad, como deziamos que se deuian de cozer las carnes gordas, Finalmente las carnes delos anadones, y ansarones, son duras de digestion, y causan fiebres, calenturas, por su mucha superflua humidad. Guardense de comer las los holgados, y regalados. Los mejores son los chicos y algo crescidos, son muy malos los viejos quedense para los infieles, que los suelen comer salados, y ansi son melancolicos de mal color, de mala costumbre, solamente se coman sus alas, y sus higados, y la de mas carne, ya digo, es mala, porque tiene gran humedad, y calor causa calentura, sus enxundias son vtiles a los nieruos, y quitan las

mãchas

manchas dela cara, y es cosa esperimẽtada q̃ si el anade se entierra, d̃ su carne se haze escuerço, la causa es por q̃ assi el escuerço como el anade se engendra de vna misma materia que es de agua lluuia. Vrsino.

Buffones gigno putrida tellure sepultus
Humores pluuii forte quo d ambo sumus.

CAPITVLO 26. Delos pollos d̃las palomas que se dizen palominos.

LAs palomas vnas son siluestres, otras son domesticas, delas domesticas, vnas son criadas en casa, y otras en las torres, y de estas emos de tractar agora, porque las monteses o syluestres an se de dexar para los milanos, la razõ es, por q̃ fuera que son mas duras que la carne delas caseras, y que delas tortolas,

Gal. in libr. de attenu. dieta. c 8.

las,y perdizes,son mas difficiles de digestion,y demas superfluydad, empero delos palomosdomesticos, como lo dixo Isac enlas particulares dietas, deue se dezir,que aunque en comparaciō delas ānades sean mas subtiles, y mas faciles de digestion. Empero en si absolutamente son duros y difficiles, por la mucha humedad superflua,especialmēte antes que comiēçen a bolar, porque quando ya buelan,entonces son mas tiernos.y mas digestibles,que de ninguna edad,porque empiençan a perder la pesadumbre que tienen, y porende su carne es apta alos que tienen flema, y dañosa alos colericos, e alos caliētes y humedos,lo q̃l quiso Auicena, pues dixo,enlos pollos delas palomas que no comiençan a bolar, ay calor y hnmedad superflua, pero los que ya buelan son mas leues y de mejor mantenimiēto,deuen se de comer con agraz, y culátro,y agro de limones, y deuēse de dar alas

de arte mutante diet c. 8.

Auic. 2. can. c. 134.

alos que eſtan euacuados por ſangrias y alos que eſtan frios y flacos de luengas enfermedades, como lo dize Raſis libro continentis.23.capit.703. y dixo mas. Que la ſu carne es buena pra los riñones, y ſe acreſcienta el eſperma, y la ſangre, y como lo dize Auarroes. 5. colliget. La carne de los palomos tiene humedad ſuperflua, pareſceſe por ſu peſadumbre y pereza, como tambien ſu calor por ſu velocidad, y preſteza de digerir, y por el mucho calor que ſe ſiente al tacto, y por eſſo no es de marauillar ſi tienen mucha humedad, y mucho calor inflamatiuo, cauſador de calenturas, y por eſſo dixo Iſac abaxo. Los pollos de los palominos tienen mucho calor fuerte, y por ende encienden la ſangre, mayormente los monteſes, porque eſtos ſon mas calidos que humidos, por lo qual facilmente ſe conuierten, en colera en los colericos. Y por eſſo los antiguos, los

Raſis 23.cõt. c.703.

Auer. 5.colli.

dauan

dauan con agraz y limones, y escarola, y azederas, achicorias. Empero, por que los pollos domesticos criados en casa, son muy superfluos y pesados, pues enellos predomina la humedad, como lo dixo Isac enlas particulaes dietás, por esso sõ peores q̃ los demas. E fue pecer đl Gal. enel lib. đ attẽ. victu. c.8. pues dixo. Los palominos đlas torres sõ mejores q̃ los q̃ estã en casa, y mas abaxo, finalmẽte todas las animales q̃ se exercitã son mejores, q̃ las q̃ no se exercitã, y las q̃ se ceuan con cosas secas, q̃ las q̃ se ceuan con humedas, y las q̃ respiran en ayres delgados y tenues q̃ las q̃ respiran enlos contrarios. E Rasis en el lugar acotado dixo, por authoridad de Mesue enel capitulo de estomago, Los pollos palomos sõ pesados pa. el estomago, y đ difficil digestiõ, y mas abaxo dixo, por autoridad đ Bimasui la carne delas palomas es mas caliẽte que otra qualquier carne de aues cõ su dificultad

Galen. lib. de attenu. victu. cap. 8.

cultad de digestion, y con su superabũ dãcia đ humedad, por lo qual muchas vezes presto engendra esquinancia, y fue causa que vn hombre llamado Ca lifa muriesse, porq̃ comio della assada tres vezes en vn dia, y Haliabbas, 5. theoricæ cap. 23. dixo, la carne de los palominos es de mucha humedad, y mala y la sangre que se engẽdra de ella es ca liente y humida de muy presta corrup cion, y que engendra fiebres de sangre y Auicena enla. 13. 3. capit. 33. dixo, La carne delos palominos es guessa, detiene se mucho enel estomago, por su mucha superfluydad, y por esso los do mesticos son reprobados, especial los q̃ se crian debaxo de soterraños, y por esso se deuen dexar, sino es preparandolos con cosas frias y secas, y assando los para preuenir a su superflua humidad, empero los delas torres, o los monteses, porque son magros, se deuen cozer. Y esto es lo que primero se

Halia. 5. theo. cap. 23

Auic. 13. 3. c. 33.

de

deue hazer en quanto a su preparació,
Lo segundo que se ha de hazer, es que
quando se matan los corten las cabe-
ças, porque tienen propriedad de cau-
sar dolor de cabeça, lo qual dixo Ra-
sis, enel quarto de sus aphorismos. Lo
mismo Auẽzoar enel Thersit tractado
nono, capitulo onze, y tractado septi-
mo, capitu. 18. a donde dixo. Deues co-
noscer que enlas cabeças de los palomi
nos ay occulta propriedad đ causar do
lor de cabeça, y porende se deuen arro-
jar sus cabeças con los pescueços, y a-
parejandolos palominos, de esta ma-
nera se haran manjar excellente decli-
nante vn poco a calor, E dizen de e-
llos los Philosophos, que tienẽ su car-
ne admirable propriedad para el do-
lor de riñones, y para hazer passar la
sangre corrũpida que se detiene, y e-
stas dos cosas ay enellos admirablemẽ-
te, empero no se deuen comer los pe-
queños sin pluma, por que son muy

Rasis 4. aph. Auẽz therſir trac. 9. cap. 11.

malos especial antes que comiençen a bolar por su mucho calor y superflua humedad, por las quales qualidades engendran mal nutrimento, son duros de digestion, corrompen el estomago, y hazen muchos daños, como lo dixo Isac en las vniuersales dietas capit. decimosexto, y en las particulares, Su estiercol especial si es de palomo brauo quita lamparones ansi beuido hecho poluos como puesto por emplasto, quita tambien la piedra de vexiga y riñones, y la sangre de sus alas aprouecha alas cataratas, ansi lo canto en su Prosopopeia Ioã Vrsino.

Isac diet. vniuers. c.16.

Hinc cruor aereis roseus qui ducitur alis
Miram luminibus conciliabit opem.

CAPITVLO 26, Delos Pauones y su mala carne.

LOs Pauones, como lo dizen los modernos, son calietes y humedos en segundo grado, engendran melancolia, son de difficil digestion como lo dixo Isac enlas vniuersales. capit. 16. los quales aunque sean de mas nutrimento que los anades, son empero peores que todas las otras aues en difficultad de digestion y dureza, y pesadumbre. Por lo qual ellos, y las gruyas, son yguales en malicia, no se deuen de comer si no criados en casa, y si fuere ynuierno, han de estar muertos de tres dias, si estio de vn dia antes, y esto, por que su carne este manida y tierna, como el mismo lo dixo en las particulares, Y cierto es cosa necessaria, porque la carne del Pauo es dura y de difficil

Isac vniuer diet, c. 16.

digeſtion, como lo dize Galeno en el tercero de alimentis cap. 18, y en el libro de ſolutione continua, lomiſmo dixo Raſis en el continente lib, 22. cap. 487. lo miſmo Haliabas en el 5. deſu theorica cap. 23. a donde, deſpues que vitupero las carnes de las aues de agua, dixo, la carne de la gruya es mas dura e mas difficil de digeſtion q̃ todas eſtas, e ni mas ni menos la del Pauon, Pues luego deuen ſe huir ſus carnes, o ſi ſe comieren eſten primero tres dias muertas, y cuelgen las en alto e aten a ſus pies vnas piedras, y eſto no ſolo ſe deue hazer en pauos e gruyas, empero y en todas las de mas aues; que fuerẽ duras de digeſtion, y ni mas ni menos, en los animales quadrupedes, para q̃ ſus carnes anſi eſten mas manidas, e mas tiernas, deuenſe luego lo mas que pudierẽ los que quieren biuir ſanos e no ſer arrebatados ſubito o d̃ ẽfermedades guardar ſe de ſus carnes, pues dixo Auicena

Gal. 3. de ali. cap 18 & lib. de ſolutione cõtin. Raſis con. 22. ca 487.

Gal. 7 meoho di l) quucns de

na en el ſegundo canon cap.146. que to das las aues grandes que tienen largo cuello como es el pauon grullo y el milano y el palomino ſon en ſus carnes duras e que to do lo que engendran en el cuerpo ſe haze melãcolia, por lo qual aunque ſean los pauos eſcogidos para las meſas de los illuſtres e grandes, tengan por cierto que ſon de vituperable mantenimiento, e reproua dos e deſpreciados de todos los phiſicos ſabios, ſu eſtiercol ſegun dize Plinio aprouecha para la gota y dize que es de tanto prouecho que el miſmo pauõ le come porque no aproueche tanto, y dize mas que quando buela en alto es ſeñal de pluuia y por eſſo dixo Ioan Viſino enſu proſopopeia.

per. cosso. Auic. can. 2. ca. 146

Linque viator iter pennis cum scandimus altũ
Tranſibit magno non ſine rore dies.

CAPITVLO 27. Delas perdizes y sus vtilidades.

PVes ya hemos tractado de las aues domesticas, tiempo es que digamos algo delas monteses, empeçãdo dende las perdizes pues son vnas aues muy alabadas no solo delos modernos, empero y dlos antiguos, y no sin causa, pues son de vn mantenimiẽto mediocre entre gruesso y delgado, aunque paresce declinar algo a dlgado y subtil. Lo qual se paresce por Isac enlas particulares, a donde puso este orden, las estarnas, pollos de perdizes, de gallinas, son entre las aues de mas subtil substancia, y despues de estas aues la perdiz, el faysan, la gallina, a dõde puso a la pdiz por de mas tenue substãcia q̃ ala gallina y ẽ tãto grado q̃ dixo ẽlas vniuersales. dietas c. 16, q̃ los pollos delas perdizes erã subtiles en tercero grado, y las perdizes en segundo

Isac de vniuer erp. 16

segundo, y Auicena quiso dezir lo mismo enel cānon segundo .c.186. pues dixo, la carne del cubugi es delas carnes mas subtiles, porq̃ es liuiana, y estriñe, y engorda, y haze aumento enel coito; y Auerroes en el quinto de su colliget dixo, delas mas loables carnes de las aues son las delas pdizes, y sō semejātes alas delas gallinas del desierto, y estriñē assadas y cozidas, y Rasis.3.ad Almanz. c.10. la carne dela perdiz estriñe el viētre, y mantiene mucho, y dixeron los philosophos, q̃ el potaje d̃ sus carnes, q̃ta la putrefaciō, y las carnes desecā la humedad, y declinan a frialdad y sequedad, especialmente son buenas para la corrupciō o putrefaciō d̃l estomago, si se cuezē cō çumo de maçanas dulces. Finalmente, su carne en cōparacion es calida y humida, y en comparacion es fria y seca, por que si el macho de las perdizes se compara con la hembra es caliente y humido; si se compara al

Auic. ca 2.c. 186.

Cubugi en arabigo es perdiz.

Ras. 3. Alm. ca. 10.

cuerpo humano,es frio y ſeco como lo dixeron todos los ſabios phiſicos, porq̃ por razõ de ſu ſequedad reſtriñe el vientre,la qual calidad es enlas ꝑdizes predominante,y anſi pareſce por Iſac enlas vniuerſales cap.15.a dõde dixo. De las aues las que fueren ſecas de complexion no ſe deuen comer, ſino quando fueren criadas en caſa y engordadas, como ſon las tortolas,y las perdizes, y deuen ſe comer, como el miſmo lo dixo,cozidas y no aſſadas porque con la agua adonde ſe cuezen ſe tiempla ſu ſequedad, ſino es que a caſo los q̃ las comen fueren de cuerpos muy humedos y lubricos,o relaxados, porque en tal caſo mejores ſon aſſadas,y porque,como dize Platina,la vida delas perdizes ſe puede prolõgar haſta diez y ſeys años.Deue ſe de cõſiderar,que no ſe põgan viejas alas meſas delos ſeñores,ſino de edad florida en juuẽtud, porque quanto fueren de menor edad, tãto es

Iſac ibidem.

Platina.

menor

menor ſu ſequedad,y por el conſiguiẽ-
te tanto ſeran mas loables y mejores,
y por eſſo ſe deuen eſcoger los mas nu
euos y mas gordos que ſe llaman per-
digones.

CAPITVLO
28. Delas eſtarnas,y delos Fayſanes.

AY vn genero de perdizes, las qua-
les tienen los picos y pies colora-
dos,y vulgarmente las llaman codor-
nizes, como en realidad de verdad no
lo ſeã,porque las codornizes, como ve
remos deſpues,ſon las que dizen orte-
gas,o gangas,y en Italia qualee y qua-
qñile,como es pareſcer de Simon Ianu
enſe,y del Pãdectario, alos quales ſe de
ue dar credito, como a varones de ex-
cellente doctrina,y eſto ſe pareſce,pues
ala codorniz llaman los griegos,ortix,
que

Simon Iannenſe Pandecta.

q̃ es ortega, dizese esto aproposito de q̃ las aues llamadas estarnas no so estas ortegas como algunos lo pieſã, e pareſce ſe claro. Porq̃ la eſtarna es templada de muy buẽ nutrimẽto, empero la ortega que tambien ſe llama qualea, es de las peores carnes q̃ ay, pero q̃ la eſtarna no ſea la ortega que llamã qualea, pareſce por el cõciliador, pues dixo, Pero porq̃ dſpues d la eſtarna añadio el Almãſor la codorniz, es dubda, ſi por eſta entien de la aue perdiz mayor dl miſmo color enel pico e pies q̃ la perdiz comun de d leytoſo ſabor, la qual en lẽgua italica ſe dize cothurnix o codorniz, e ſi es ãſi de ueſe recebir ſu parecer, po ſi por codorniz en tiẽde ortega o q̃ſcula, yo en eſte caſo no lo accepto, como la ortega ſea la mas deteſtable carne d quãtas aues ay, Eſto es lo q̃ dixo el cõciliador, Delo q̃l ſe ſigue, q̃ la aue q̃ cõmũmente ſedize codorniz es aũ mas loable q̃ la pdiz porq̃s la pdiz mayor, empo la eſtarna es

Conciliador.

es vna especie đ pdiz menor,y ãsi dixo el Padubanẽse Michael,porla estarna se puede entẽder, o vna aue grãde como ansarõ đ color cirenicia,la carne đla q̃l es loable,especial si fuere đ edad đ juuẽtud,o es vna manera đ pdiz pequeña a cerca delos tudescos, dela q̃l parece q̃ entẽdio Moyses quando dixo. *Similiter starnæ nõ videtur pro domino nostro,quia ven trem stringũt.* Y esta especie đ perdiz menor es,la que se dize starna, y no la aue que es como ansaron , y por esso dixo Isac enlos vniuers.c.16.Las carnes desse ctuosas ẽ su calor,empo cõuenibles en tẽperamẽto sõ las đlos pollos đlas estarnas,y sõ de presta digestiõ y faciles đ penetrar por las venas , y muy apareja-das para se conuertir en sangre loable, Pero porque muy presto se dissueluen y desmuelẽ,dã poca fuerça alos miẽm bros,y por esso son loables para la sanidad, pero no para confortar, y abaxo dixo.Que las estarnas o sus pollos son en

Isac ibidem,

en tercero grado en subtileza ƌ substā
cia, y ansi dixo Rasis lib. 3. ad Almanso
rem cap. 10. La carne de la estarna es la
mas leue y ligera de quantas carnes se
hallan, y mas conuenible para los que
en su regimiento vsan de manjares de
licados. Despues de esta, es la carne de-
la codorniz, que es la perdiz mayor, y
esta es segunda en bondad, porque en-
gēdra mejor sangre que sus pollos, no
tiene sino poca superfluydad, y no es
juzgada por muy calida. Empo la car-
ne de la perdiz dela qual tractamos en
el capitulo precedente, es de mas grues
so mantenimiento, que la estarna, ni la
codorniz, y estriñe el vientre, y da mas
nutrimento. Esto dixo Rasis. Empero
los fraysanes tienen carne templada, y
que mucho mantiene, y que mucho cō
uiene alos conualescientes, y flacos, y
adelgazados, y es media entre la carne
del capō, y la perdiz, como lo dixo Pla-
tina, delos quales no hallo de los anti-
guos

Ad al mā. lib 3. c. 10.

Platin.

guos quien hable sino el Conciliador, q̃ dize de las aues montesinas. Las mejores son los Faysanes para sanidad y fuerça, y por ventura mas que los Faysanes domesticos, porq̃ sõ muy semejãtes a las gallinas: y casi de su misma especie. Lo qual paresce ser tomado del Rasis 4. de sus Ahporismos, a donde dixo, ẽl Faysan es vn manjar muy conuenible, loable, sutil, semejante y propinquo a los pollos, conforta a los eticos, y tiene propriedad de esforçar las virtudes de los miembros, y prepara los humores corruptos del estomago, finalmente no se puede dar otro mantenimiento mejor a los enfermos.

Conciliador.

Rasis 4. aph.

CAPITVLO

29. delas Codornizes, y Tortolas, y de la manera que se deuen preparar sus carnes.

LA Codorniz, que ansi se llama, es vna pequeña aue, respecto de la perdiz, y el Faysan. La qual es llamada de algunos Ortega, de otros Quaquila, como fue parescer de Simon Ialuense, su complexion es calida en fin del primer grado, y en principio del segundo, es de mucha humidad, y por esso se corrompe presto. Y por ende es vn manjar no conuenible a templados ni destemplados, es de difficil digestion, y prepara los cuerpos a calenturas y fiebres, y acrescientalas. E dixo Platina que sus carnes son de ruyn sabor, y de mal mantenimiento, y por esso dixo el Conciliador. La Quiscula, que es la Codorniz, es la peor de todas las carnes entre las aues. Y por esso dixo Auicena en el segundo Canon, que la carne de la Codorniz engendra ciertos generos de espasmo, que son tetanos, y no porque come el Elleboro, o Vedegambre, sino porque de su subs-

Concil.

Auic. 2. Canō

stancia

ſtancia es mala,y Raſis en el continen te, libro.20.capitulo.420. A donde di xo.Yo vi que de la comida de las Co- dornizes ſe eſpaſmo vno,y la cauſa es, Porque la Codorniz come Vedegam- bre, o el Elleboro, por lo qual no ſe deuen comer eſtas tales, ſino las que no comen Vedegambre, o Elleboro,y no ſe deuen comer ſus carnes frequen temente, porque engendran eſpaſmo & tetano.Yaſsi lo dixo Iſaac,en las vni uerſales,capitulo.16. Las Codornizes ſon las peores de las aues, y ni ſon bue nas en ſu mantenimiento, ni en ſu di geſtion, y por eſſo ni conuienen a ſa- nos ni a enfermos. Las Tortolas ſon calidas y ſecas en ſegundo orden,aun- que con todo eſto tienen cierta humi- dad ſuperflua, e indigeſta, deuenſe ele- gir las de poca edad,e gordas; las qua- les ſegun Galeno,engendran buen mã tenimiẽto,y las antiguas le dã grueſſo, de difficil digeſtiõ,y q̃ ſe haze melãco-

Raſis. Conti.li bro. 20. c.420.

Iſa de. diet, v- niuerſ. cap.16.

lia, por lo qual no se coman las que hã passado de vn año, pero ya que se coman las de poca edad, hase de guardar el precepto del Galeno en el libro de de Attenuante victu Cõuiene a saber, que porque la Perdiz y la Tortola no tienẽ las carnes supremamẽte duras, y no son biẽ digestibles, deuẽ por lo menos estar muertas de vn dia, porque ansi terná la carne mediana entre la gruessa y delgada, y daran buen nutrimento, y seran friables de facil digestion. Lomismo dixo Isac en las Parti. di. Las Tortolas son las mas secas de las aues, deuense comer de vn año, y deuẽ estar muertas vn dia entero, porque ansi su carne es media entre la gruessa y sutil, y porende engẽdra loable carne. Y por esso dixo Auicena en la. 14. del tercero cap 21. Las Tortolas son vn mãjar que engendra buenos humores, ponense despues de los Palominos, tienen virtud de acrescentar sangre a dõde no la

Galen. lib. de Atten victu.

Auic. 14. 3. cap. 21.

ay,

ay,y esfuerça la virtud retentiua, declinā vn poco a calor,y por esso dixo Rasis.4.de los Aphorismos,y aunque las Tortolas declinē vn poco a calor, mas que las gallinas monteses,tienē admirable propriedad de aguzar el ingenio. Lo mismo dixo Auerroes en el.5.de su Colliget. Lo mismo quiso Auicena en el segundo Canon cap.21.a donde trata del Duragi,que es la Tortola. Lo mismo quiso Ioan Arculano,cap. de Epilesia,y Simō Lanuense. Aunque Bartholomeo de Mōtagnana aya creydo que lo que dixo Auicena, se entienda del Faysan. Empero mejor me allego a los de mas. Lo que dixo Auicena es. *Caro Duragi in cerebro & intellectu augmentum facit.* Quiere dezir. La carne del Duragi que es la Tortola, haze augmēto en el celebro,y el entendimiento. Sacase desto vn notable, que porque la carne de la Tortola,como dixo Isaac,es seca, a predominio,que sera bien, que antes

Auic. 2 canō. 21.
Loann. Arculan. c. de epilesia.
Barth. a Montagnana.

que se coma, se crie en casa por algūos dias, porq̄ se tiēple su seq̄dad cō la humidad q̄ aura cobrado, ansi đl ocio, como del cebo, y q̄ la q̄ fuere gorda se asse, la flaca y magra se cuezga; porq̄ assando se tornarse ya mas seca, e magra. Por la sequedad que se añade de las brasas.

CAPITVLO 30. del Auestruz, y Grulla, y de otras aues aguaticas de carnes duras, y como se hā de preparar.

LA carne del Auestruz como lo dize Rasis. 3. ad Almanso. cap. 10. se juzga por la mas gruessa de todas las aues y peor, y q̄ mas fatiga el estomago. La carne de la Grulla es fria y seca, dura de digestiō, engendra mala sangre, de qualquier manera q̄ se prepare, agora assada, agora cozida, engendra melancolia y tiene mas đ superfluydad y excremēto, que de alimento, como lo dixo Platina, y ansi lo dixo Rasis en otra parte. La car-

Rasis. 3. ad al man. c. 10.

carne de la Grulla es muy lacertosa y neruiosa, y hebrosa, y por esso no deue comerse sino despues de muerta muchos dias, y despues de aparejada de la manera q̃ diximos de los pauones. E dizẽ algũos q̃ su hiel es muy marauillosa para la plesia, si se vnta el miẽbro parlatico cõella, ansi lo afirmo IoãVrsino en su prosopòpeya diziẽdo de la Grulla,

Idẽ, libro. 23 cōme. 70. 3.

Felle tamen paresim sæpe leuare queo.

Pero la carne delas cigueñas y cisnes, y otras aues d̃sta manera, las quales se dizẽ en Griego amphibię, porq̃ viuen en tĩra y en agua, aunq̃ lo mas en agua, deuese dezir cõ Isac en las particulares, q̃ no son yguales en bõdad cõ las aues q̃ siẽpre viuẽ en lugares terrestres. Lo q̃l quiso el mismo tãbiẽ en las vniuersales dietas. Todas las aues q̃ viuẽ en lagũas sõ neruiosas, gruessas, duras d̃ digestiõ aunq̃ si se digierẽ dã mucho nutrimẽto y son rezias para se dissoluer, o desmoler en los miẽbros, por lo qual emos de

machinar algunos ingenios para los a blandar, y no sé deuen comer de mas que vn año. Destas dixo Auicena, que todas engendran melancholia, y que aunque eran accidentalmente de mucha humedad, porque viuen en las lagunas, empero que sustancialmẽte son secas, y por esso la carne de las aues grã des hazen venir quartanas. ¶Destas y de la carne de los Sisones dize Alman sor en el cap.10. del tercero, que quãto mas participan de color rubicũdo y ne gro, tanto mas son cercanas a engendrar melancholia. Pero que delas que dellas tienen mal olor engendran peor sangre, y por esso no se deuen comer. Y mas abaxo dixo, que todas las aues que viuen en lagunas, o en rios, engendran mucha copia de superfluydades, y si tie nen mal olor, se juzgã por mucho peo res. Tales se crian en abundancia en to das las partes donde ay mares y lagunas, y aguas. Pero si alguno las quisiere

Auic. 2. cano. c. 146.

comer,

comer,deuelas de comer de edad florida q̃ no passen de vn año,y deuen estar muertas mas de tres dias, porque sus carnes se tornen mas tiernas y manidas. Ansi lo quiso Rasis,ansi Auenzoar en el Thersir,cap.1. a dõde puso exemplo de las Tortolas,anades, grullas,las quales se deuen primero de manir en el inuierno doze horas,enel estio siete. Empero si fueren aues de agua, deuen se manir mas de tres dias ; porque su carne se reblãdezca y enternezca. Pues como dixo el mismo, la tal preparaciõ de estar muertas. por espacio de tiempo trae estas vtilidades, que si fuerẽ de suyo secas , y duras se paran tiernas, si fueren blandas y muelles,se tornan duras,y si estan crudas en alguna manera se maduran, ydesta suerte se digieren con facilidad. E por esso es manifiesto, que no nos deuemos de mantener de carne dura y seca criada en lagunas,sino fuere que primero este manida dos

Auenzo. Theis.c,1.

Gal. libro de attenu. victu, c. 8.

o tres dias, lo qual es parescer del Galeno en el libro de Attenuante victu, adonde dixo, conuiene suspender, por lo menos vn dia y despues comer las carnes, no solamente de la Tortola, empero y de la perdiz, y de todas las otras aues que tienen sequedad moderada. Desto se concluye, que si las perdizes y tortolas que son de poca sequedad, se han de manir despues de muertas por lo menos vn dia, que las aues de agua, las quales son mas duras y gruessas, se deuen manir mas dias, porque se puedan digerir.

CAPITVLO

31. De las carnes de los Zorzales, Mirlas, Gorriones, y de otras aues menudas.

Querer

QVerer contar por estenso las naturalezas d todas las aues pequeñitas, y medianas, seria empeçar vn largo camino para no acabar. Por lo qual bastara tractar de algunas aues pequeñas que comunmente se veen. Hablando dellas, lo q algunos de los antiguos y modernos dixeron. Pues luego attemiendonos al que destas menudencias paresce que mas largamẽte hablo, que fue Isac, diremos conforme a el. *Ficedularum carduallium reliquarumque auium minutarum caro, si pingues sint & iuuenes modo non nidificent, boni alimenti est, absit tamen a patinis nostris passer, qui ob nimiam calliditatem male olit difficultet coquitur, libidinem excitat. &c.* Dize ansi. La carne de las mirlas y sirgueros y otras aues menudas si son gordas y d buena edad florida, cõ tal q no empiecẽ a anidar, es de buẽ nutrimẽto, empero no este en nuestros platos el paxaro, que se dize Gorrion, porque por su mucho calor mantiene

tiene mal, digierese con difficultad irrita a luxuria, y algunos Physicos quisieron que las aues montesinas tomadas con lazos, o redes sea mejores, especial las mirlas y zorzales, y que las que dellas fueren mas gordas son mejores, y que las aues menudas declinan a calor y sequedad, y mas a sequedad, y q̃ sean de poca edad, y fue parescer del Galeno en el Methodo, lib. 8. cap. 2. Que las Perdizes y todos los paxaricos montesinos son las mejores carnes delas aues y luego las gallinas y Faysanes, el qual dicho, segun el Conciliador, se deue entender desta manera. Que alli Galeno entendio por los paxaricos monteses, no los paxaros verdaderos que llamã gorriones, los quales son calientes y secos hasta la tercera orden, a los quales no solamẽte los modernos, pero los antiguos vituperaron. Pues Haliabbas, e Isac, dixeron, que los paxaros domesticos que son los gorriones son muy malos,

Gal. 6. Meth. c. 2.

Halia. 5. theor. c. 23

los,y engendran ſangre caliente y ſeca, y muy mala, y ſon eſtreñidos y encienden la ſangre, y ſon como los palominos mõteſes, que ſon de la miſma qualidad, y corrompen el eſtomago, conuiertenſe en colera y en humos mordaces. Y Auicena dixo, que los tales paxaros ſon calidiſsimos, y mueuen a luxuria, porlo qual no viuen mas q̃ vn año, pues como lo dize Auerroes. La luxuria, e coyto frequente, debilita el cuerpo, y deſminuye y abreuia la vida. Y Ariſtoteles dixo, que los animales que mucho ſe exercitã en la luxuria ſon de mas breue vida, y trae por exemplo a los paxaros que llamamos Gorriones, los quales porque mucho vſan el coyto, no paſſan de vn año. Lo qual ſe paresce, porque muy pocos dellos tienen negra la garganta, lo qual es ſeñal que ſon viejos, pues luego todos ſe deuẽ de guardar de comerlos, porque fuera d̃ que ſon duros de digeſtion que calien-

Auice. 2.cã.c. 146.

Auerroes. ſupper cõ. 156. cã ticorũ Auic.

tan

tan la ſangre, es opinion de algunos q̃ engendran apoplexia. E dizẽ algunos, que ſu carne quemada y beuida con agua quita la ytericia, y que ſu eſtiercol pueſto encima del roſtro, quita ſus manchas, como lo dixo Ioan Vrſino en ſu proſopopeya.

Stercus item purgat charos lentigine vultus
Quamuis ictericos ſanet & vſta caro.

CAPITVLO

32. de las partes de los animales exteriores, e interiores.

EN vniuerſal las partes delos animales ſe conſideran de quatro maneras, o ſon partes interiores, o exteriores, o ſon partes poſtreras, o delãteras, o ſon partes de la mano derecha, o de la yzquierda, o ſon partes remotas del coracon, o vezinas a el. Pues luego a lo primero digamos con Iſac en las vniuerſa-

uerſales.cap.15.q̃ las partes del animal exteriores que ſon las de a fuera en mi tad del cuerpo ſon mejores y mas loables que las interiores. Porq̃ como las exteriores eſtẽ mas cercanas a los poros, por los quales ſale el ſudor y el humo, y vapor del cuerpo mas ligeras, ſe parã, y mas ſe aliuianan, y ſe hazen mas ſabroſas, e mas faciles de digeſtiõ al cõtrario es de las partes internas. Y mas abaxo dize, que por dos razones ſe hazen mas tiernas y digeſtibles. La vna por la mucha diſolucion de ſu ſuſtãcia, q̃ ſe haze por los poros q̃ eſtã en ellas. La otra por la confricaciõ de los hueſſos q̃ eſtan junto a ellas, las partes internas ſon malas por las cõtrarias cauſas, y porq̃ eſtã remotas del cuero, a donde eſtan los poros, por lo qual no ſe pueden purgar y ventilar, de donde ſe hazen gordas y grueſſas, y muy ſeboſas, graues para el eſtomago, y difficiles de digerir, y porque eſtan cercanas a las ſuper-

Iſaac Diet. uniuer. cap.15.

superfluydades de los miẽbros de adẽtro,y a las hezes de los inteſtiuos y tripas,por dõde adquieren vna humedad de graue olor y putrefactiua,la qual es cauſa que ſe engendre mal mantenimiento. Empero comparando las partes poſtreras con las delãteras, ſe ha de dezir, que por tres razones ſon mejores las delanteras. La primera, porque ſe mantienẽ de ſangre mas pura y limpia mundificada cõ el mouimiento del coraçon,y por eſſo el pecho y ſus partes ſon de mejor mantenimiẽto. La ſegunda es,porque el pecho es ventilado y mouido ſiempre con la voz y reſpiracion, por lo qual ſu carne ſe haze mas liſa y facil de digeſtion. La tercera, es porque el coraçon eſta en el pecho, el qual es la fuẽte del calor vital, y por ende el pecho y ſus partes cercanas ſe hazen mas digeſtibles y mas ſabroſas. Y eſte pareſcer fue de Raſis en el tercero ad Almanſorem cap. II. a donde dixo,

Raſis ad Almanſo. 3. c. II.

las

las partes anteriores, del animal son calidas y mas ligeras, y las Posteras sõ mas frias y mas pesadas. Empero comparando las partes diestras cõ las siniestras, o yzquierdas, se deue tener, q̃ las carnes de la parte diestra son mejores que las de la parte siniestra. La causa es porque estan mas cercanas a la hiel, o al higado que es el principio de la virtud natural, y por ende son mas ligeras y mas faciles de digestion. Empero las carnes de la parte siniestra son mas frias y pesadas, porque estã mas remotas del higado a donde esta el calor natural, y porque estan mas cercanas al baço, que es melancholico y frio, y ansi lo sintio Auicena en el segundo canon, cap. 146. Pues dixo, *& dextra melior est, & leuior sinistra.* Empero, si se comparan las partes que estan arriba junto al coraçon con las partes de a baxo que estã remotas se deue dezir, que las partes de arriba por estar junto a la fuen-

Auic. 2. canõ c. 146.

te del calor vital que esta en el coraçō, y al natural que esta en el higado son mejores, mas leues mas faciles de digestion, de mejor sabor y nutrimēto, porque se mantienen de sangre mas pura y menos superflua. Empero los miembros de abaxo que estan junto a la cola por las contrarias razones son mas duros, mas indigestos, menos sabrosos, por estar a lexos del calor natural, y mas cercanos a las vias de la camara y vrina, por lo qual se mantienen de sangre mas supflua y gruessa. Porēde quáto mas cercanas estuuierē ala cola tāto serā peores, quāto mas arriba mejores.

CAPITVLO

33. De los miembros carnosos.

ENgañanse los q̄ cōprando carne escogē la de mas pulpa y carnosa dexádo la carne cercana a las junturas y huessos, porq̄ aunque es verdad que la carne

carne de mucha pulpa cõ poco huesso o sin el, es vntuosa y mas sabrosa, caliente y humida, es empero menos de loar que de otra ninguna parte, aunque la cõparemos con la que tiene gordura, e pringue, lo qual se prueua por autoridad, e razon, porque la carne de mas pulpa es la del anca, y la de cerca del riñon, y esta es de menos vtilidad, como lo dixo Auicena, canon segundo, cap. 146. ansi las carnes de los hijares y ancas, son peores q̃ las carnes gruessas y de difficil digestiõ y no de buẽ nutrimẽto, la causa es porq̃ las ancas estã muy llenas de humidades superfluas y estã mas quietas y ociosas, y por esso dixo Isac en las particulares. Las carnes q̃ se mueuẽ y exercitã, tienẽ menos humidad y son mas digestibles y gustosas. Las q̃ no se mueuẽ y estã q̃etas, sõ peores por la razõ cõtraria, y ansi son alabadas las carnes de los musculos, o murezillos como son las piernas y caderas,

Auic. 2. cano. c. 146.

Isac. diet. p.

porque eſtas carnes ſon humidas entre las duras y blandas, y ſon templadas en quatro qualidades mas que los otros miembros y mas faciles de digeſtion, y mas preſtas a penetrar, y mas loables para confortar. Y por eſſo dixo Iſac en los vniuerſales, cap.16. las carnes de los murezillos, o muſculos, en eſpecial ſus extremidades, ſon mas loables que los de mas miembros por el mucho y continuo mouimiento. Pues luego quede por concluſion, que aquellas carnes ſe eſcoxgan ſobre todas, que ſon de miembros mouibles, templadas entre las grueſſas y las magras de las partes delãteras, y de hazia la derecha, y no remotas del coraçon.

Iſac vniu. di. c.16

CAPITVLO 34. de las partes de las aues.

Como

COMO dize Haliabbas en el quinto de su Theorica, cap.23. De todos los miembros de las aues, las alas son las que mas facilmente se digieren y menos mantienen, y entre todas las alas especialmente son mas loables las de las aues ceuadas y engordadas, y de las aues pequeñas, y ni mas ni menos los cuellos. Y ansi dixo Isac, q̃ los miẽbros mouibles, siempre son mas tiernos, y mas sabrosos, y mas prestos para la digestion, como son las alas de las aues, primero de las gallinas, despues de los ansarones, porque con su contiñuo y mucho mouimiento se expelle la superfluydad de los humores. Porlo qual son mas sabrosas y mas digestibles, en especial las delas aues crescidas que ya buelan, son mejores que de las chicas q̃ estan en los nidos, por su fuerte mouimiento. Ni mas ni menos los cuellos de las aues son de loables carnes por su mucho mouimiento, como

Isac. dic. uniuers. c. 16.

esta ya dicho, y los cuellos de las aues, esto quiso Auicena en el segundo canō, cap. 146. y Galeno en el tercero de alimentis, y en el libro de euchimia, & cachochimia, especial enel cap. 4. a dōde dize. *Optimæ igitur gallinarum & anserum alæ, sed aliæ anserum partes duræ sunt coctu difficiles & excrementiciæ, præter alas.* y de las partes delas aues no hallo mas que dezir, sino q̄ como diximos en los animales, las partes que dellas fuerē exteriores, delanteras, de la parte derecha cercanas al coraçō, son las mejores, las de mas peores.

Auic. 2. Canō c 146. Gal. 3. de alimen. et lib. de euchi.

CAPITVLO

35. De la naturaleza del celebro q̄ llaman sesos, y de sus partes, y como se deua aparejar para comer.

Co-

COMO lo dixo el Conciliador en la differencia. 24. El celebro no es otra cosa sino vna manera de tuetanò, o medulla de la cabeça differẽciada cõ quatro ventriculos cubierta de dos telas llamadas dura, e pia mater, principal autora de sentido, y mouimientò, la complexion del qual es fria y humida, y mas humida que fria, por lo qual es de mantenimiento superfluo, y viscoso, y dañoso, resistiente a la digestion, y que haze ascos y da fastidio en el estomago, y por ende destruye el appetito, y de presto se conuierte en putrefacion, especial si se come en fin de la comida. E por esso dixo Galeno. Los que quisieren vomitar coman celebro, que son los sesos con azeyte en fin de la comida, y ansi lo quiso Auicena en el segundo canon capitulo. 103. diziẽdo. El celebro es frio y humido de gruesso succo q̃ engendra flema gruessa y viscosa y que quita el appetito,

Auic. 2. canõ c. 103.

 pues

pues luego, como el celebro sea tan hu
mido, y tan viscoso, o no se comera, o si
se comiere sera preparado, y con estas
condiciones que no sea de animal hu-
mido de suyo, ni por otra causa accidẽ-
tal, como es de puerco, de cordero, de
oueja, sino que sea de animales secos,
como son los celebros đ todas las aues
que buelã. Porque como dize Isac, sus
celebros no son de tanta humidad y se
quedad, como los de los animales ter-
restres. En especial son los mejores de
las Starnas, o perdizes, y los de las ga-
llinas y gallos. Y este fue el parescer de
Auicena en el segundo canon, en el ca
pitulo alegado, a donde dixo. Mejores
son los celebros de las aues, especial de
las montesinas, que los celebros de to-
dos los animales terrestres, y de los ce-
lebros de los animales terrestres, o de
q̃tro pies son los mejores. Primero del
carnero, đspues đl cabrito, y đspues del
ternero. Lo mismo dixo Galeno en el
ter ce-

tercero de alimẽtis, cap. 20. Pues luego deuense escoger sobre todos los sesos, o celebros de las aues, antes que de los animales quadrupedes. La otra condicion sera, que si se comieren, empiece la comida en ellos, y que primero estẽ adereçados, o guisados con poco vinagre y pimienta, agengibre, yerua buena, o menta, como lo dixo Isac, en las particulares, y como lo quiso Galeno en el tercero de Alimentis, cap. 7. a dõde dixo. *Omne cerebrum cibus est pituitosior crassi succi tarde permeans sit præparatum cũ in scissiuis & calefacientibus. &c.*

Gal. 3. de alimen. c. 20.

Galen. 3. de alimẽ. c. 7

CAPITVLO 36. del mantenimiento delcoraçõ.

AVNQVE el coraçõ es el mas nobilissimo miẽbro del animal fuente, e origẽ del calor natural, y de la virtud vital, empero despues del animal muerto se cõputa por via de alimento

entre las mas viles partes del cuerpo, como lo dixo el Conciliador en la differencia.24. A donde dixo Que el coraçon del animal muerto, era frio y seco, contraria complexion de la que tenia quando era viuo, alomenos en quãto a la frialdad. Pues como dixo Galeno en el quinto de Locis affectis. Es el principio del calor, y por ende es mas calĩete que todos los miembros. Pues luego, como por via de alimento sea frio y seco de sustancia y cõtestura fuerte y fibrosa, es duro de digestion, tardo de penetracion, y que engendra melancholia. Empero si se empieça a digerir da mucho nutrimẽto, aunq̃ no bueno, ni loable, el qual fue parescer del Galeno en el.3. de alimentis, cap. 12. Empero, para q̃ no haga daño deuese comer con cominos, axedrea, y pimienta, como lo quiso Haliabbas en el quinto de su Theorica, cap.22. y tambien que sea de animal jouen, y no viejo.

Cap.

CAPITVLO 37. De los pulmones y su nutrimento.

LOS pulmones fueron criados para dar ayre al coraçon porque no se ahogue con el demasiado calor, son frios y humidos. Acerca de su nutrimento y digestion, ay entre los Physicos difficultad, porque vnos dizen que son de dificil digestion, y poco nutrimento, otros que son de facil digestion. Isac en las particulares dixo, que eran de facil digestion, y que se detenian poco en el estomago por su ligereza y raridad de sustancia, y por ende engendran vn succo conueniente al humor flematico, y tambien Auicena en el segundo canon, capitulo. 573. Dixo, que su digestion es facil, pero que tienen virtud de restriñir el vientre. Empero Rasis en el tercero ad Almansorem

Isaac in diet. parti.

Auic. 2. canõ d'man.

Rasis ad Almanso. 3.c. rem dixo, *pulmo tarde digeritur & parum nutrit & est frigidus.* Quiere dezir. El pulmon tarde se digiere, y poco mãtiene, y es frio. Para concordancia de lo qual se deue considerar, que quando se dize, que los pulmones son difficiles, o faciles de digestion, o esto se dize absolutamente, o respectiue y en comparacion Si absolutamẽte, son duros y difficiles de digestion, como lo dixo Rasis en los lugares allegados. La razon, como lo dixo Paulo AEgineta, porque aunque de su substancia por ser rara y ligera, auian de ser de facil digestion, empero porque siempre por su leuedad nadan sobre el esto mago, de suerte que el estomago no los puede abraçar, por esso son de tarda y difficil digestion, pero respectiue y en comparaciõ del higado, y baço son faciles de digestion, y ansi se han de entender Isac, y Auicena, en los lugares allegados, del qual parescer fue Galeno en el tercero

de ali-

de Alimentis, cap. 11. El pulmon es de mas facil digestion, que el higado y baço. y tanto es de mas facil digestiõ que ellos, quanto es mas raro. Y lo mismo dixo Rasis en el. 22. del Continente capit. 344. a donde dixo. El pulmõ es de mas facil digestion que el higado, y el baço, por lo qual se deuen dexar de comer los pulmones, e ya que se coman deuen ser de animales nueuos y no viejos, y que sean semejantes a nuestra cõplexion en su templança, como seran los pulmones de cabritos gordos, terneras y sus semejantes.

CAPITVLO 38. De los intestinos, o tripas, y del quajar, o vientre, en quanto alimento.

COMO dixo Rasis en el. 23. de su continente cap. 671. El viẽtre, los in-

Gal. libro de Euchi.

inteſtinos, que llaman tripas, la matriz de los animales quadrupedes, ſon mas firmes y mas ſolidas que la carne, y por eſto ſon difficiles de digeſtió, y aunque ſe digieran perfectamente ſe engendra dellos vna ſangre no pura y ſin bondad, mas antes ſe engendra vn humor de vehemente frio, el qual para ſe auer de alterar, requiere luengo tiempo, empero los vientres, o quajares de los animales de leche quando ſe crian ſon loables por ſu humidad y facil digeſtion. Lo miſmo dixo Galeno en el libro de *Euchimia, & cacochimia, partes sunt ad coquendum difficiles intestina, venter, vterus.* Empero los vientres de las aues ſon mas loables en reſpecto delos animales pedeſtres, porque aunque ſeã difficiles de digeſtion, empero dan mucho y loable nutrimento, como lo dixo Iſac en las particulares. A donde tambien dixo, que de las aues es mejor el vientre del anſaron, y mas loable,

por

por la copia de su humidad, y despues el vientre del pollo. Y tambien Auicena en el segundo canon capitulo. 237. Los vientres de las aues quando se digieren, son de mejor nutrimento que los de los animales, especialmente de las gallinas, y ansarones. Empero deue se notar que las tripas y matriz son siẽpre malas en qualquier animal, especial en el pedestre, pues luego el vientre, la matriz, las tripas, y entrañas son vituperables, como claramente se vee en los lugares acotados, engendran gruessa carne, son difficultosas de digestion, desabridas, engendran mal humor, porque estan juntamente con las hezes y estiercol, y porque estan lexos de los poros del cuero por los quales no pueden expellerse su superfluydad.

Auic. can. 2. c. 237.

Ga-

CAPITVLO

36. de la naturaleza del higado, y baço, en quāto a su nutrimento.

SEGVN Auicena en la primera dl primero.doct,3. cap.2. el higado es a manera de sangre quajada, o congelada, por lo qual es el mas gruesso y duro de digestiō de todos los miembros, empero despues de digerido haze loable sangre; y de mas nutrimento que la carne magra, empero el higado de los animales chicos de leche es mejor y mucho mas si es de gallina ceuada con harina conficionada con leche y higos, el qual parescer es dl Galeno en el libro de Alimentis.3 cap 11. a donde dize, que todo higado de animales, es de gruesso çumo indigestible de tarda penetracion, aunque en otra parte dixo, q̄ los higados de los animales criados con higos passados, es de mejor cō dicion

Gal. 3. de alim. cap. 11.

dició,y mas loable que todos los lugares,y Haliabbas dixo enel quinto de su Theorica,cap.22. El higado es de caliẽte y humida complexion, tiene sabroso gusto, es empero de çumo gruesso, detiene la digestiõ,y si se digiere,da mucho nutrimento al cuerpo, y la sangre que se engendra del es loable. Empero el mas loable y deleytoso higado, es el del ansaron criado a leche y massa,despues el de la gallina engordada, y despues el del puerco, de la manera que lo dixo Rasis en el continente lib. 25. capitulo.663.

Halia. 5.theo. c.22.

Rasis. lib. 25. contin. c.663.

CAPITVLO

40. del baço y su naturaleza para lo comer.

EL baço,como lo dize Galeno enel nono de compositione ad locos, es receptaculo de melãcholia,y que atrae

las hezes de la ſangre, por lo qual es miembro melancholico y duro de digeſtiõ, engendra humor negro y tardo de penetrar por las venas. Empero el baço del puerco es el mejor de todos por la raridad y delicadez de ſu ſuſtancia. Y Auicena enel.2.canon, cap.621. dixo, el baço mejor de los baços es el del puerco, y con todo eſſo es de mal nutrimento. Y Aliabbas en el. 5. de ſu Theorica, cap.22. dixo, la ſangre que ſe haze del baço, es mala, y declina a colera negra, po ſi ſe toma el baço del puerco no es tan dañoſo, y los baços de los animales magros ſon peores que los ḋ los pingues y gordos. Porende conuiene que el que los comiere los mezcle cõ gordura y los cuezga bien. Todo lo qual es tomado del Galeno, eſpecialmẽte del libro de Euchimia y cacochimia cap.3. adõde dize, el baço es ſufficientemente melancholico y de mal humor empero en los puercos no es tã malo.

Auic. 2.canõ. c. 621.
Aliab. 5. theo. cap.22.
Galen. de euch cap. 3.

Capi.

CAPITVLO

41. Delas turmas de los anima les y las vbres y riñones.

LAS turmas de los animales, ſegun he leydo, ſon de carne glanduloſa blanca, que engendran eſperma, ſon calientes y humidas, ſon duras de digeſtion, de mal mantenimiẽto, aunq̃ vna vez digeridas, ſon de mucho mantenimiento, excepto las turmas de los gallos, que ſon de muy loable mantenimiento, y las de los puercos ſon tanto mejores que las de los otros animales quanto ſus carnes ſon mejores. Eſto dixo Galeno en el tercero de alimentis, y Auicena en el. 2. canõ. cap. 723. y Auerroes en la. 2. parte de los canticos. Commẽto 111. a donde dixo, que tanta ſangre engendrã los cõpañones de los gallos quanto peſo tienen. Y la vbre, o teta, es vn miembro, o inſtrumento de

Gal. 3. de a'i. Au. c. 2. canõ. c. 723. Auer. p. 2. c. ĩ. cõmen. 111.

engendrar leche q̃ue se compone de nieruos,venas, arterias, carne blanca, sensible,para que la sangre que por las venas va alli coziendose mas, se pare blanca y buelua en leche.Sus carnes segun leo,de su propria complexion son frias y secas, por la muchedumbre de nieruos. Empero accidentalmente son humidas por la leche que se engendra en ellas,en especial seran tales quando estan las tetas,o vbres, con leche, son dificultosas de digerir,empero engendran buen nutrimẽto,y mucho,y mas digestibles seran quando tienen leche, y de mas facil descenso y distribucion. Y ansi lo dixo Rasis en el.22.del continente, cap. 480. La teta es fria y seca, porq̃ es muy neruiosa, y si en ella vuiere leche,sera presta de digerir, y de loable sustancia por su templada complexion.Deuese comer con especias, porq̃ no se tarde en el estomago. Lo mismo dixo Galeno antes que todos, en el tercero

Rasis. contin. 22. ca. 480.

Gal. 3. de ali.

cero de alimentis. Lo mismo Auicena en el segundo canon.cap.46. Las tetas tienen buen nutrimento, y si tienen leche,gruesso.Empero Ioan Vrsino poeta, y medico singular, affirmo que las vbres con leche,especial las de la puerca,son deleytosas al gusto,y que mantienen el cuerpo de vn mantenimiẽto subtil y gustoso.E porende dixo en sus elegias.

Auic. 2.canõ c.146.

Lactea delectant sed aquosis vbera succis
Corpus alunt;Romæ gloria prima suis.

En lo qual se engaño,porq̃ como sean de carne glandulosa y neruiosa, no pueden dar mantenimiento aguoso, sino solido,y mucho mas si tienen leche.

Los riñones fueron criados para limpiar el suero, o aguanosidad d̃la sãgre, son calientes y secos , y mas son secos, son miembros carnasos y duros , como lo dixo Auicena enel tercero canõ capit.18.y enel capit.580.adonde dixo. Que por esso son de poco alimẽto,por que

Auic. 3.canõ c.18.et c.580.

que declinan a ſequedad,y dixo q̃ eran de horrible ſabor, de dura digeſtion, de tardo trãſito. Empero que los mas loables ſon los del cabrito de leche. La cauſa de ſu malicia principal es, porque ſe mantienen de la gordura que viene con la orina, fuera que de ſu ſuſtãcia ſon duros y grueſſos, y por eſto dixo Haliabbas,que erã mal cibo, por la qualidad de la orina.

CAPITVLO

42.delos ojos y narizes,y gargue ro, y d̃ las de mas carnes terni lloſas,y dela lẽgua en quã to cumplẽ por via de nutrimento.

LOS ojos ſe componen de diuerſas ſuſtancias,como de la anotomia ſe pareſce,porque ſe componen de pelliculas,o tunicas,y de muſculos,y de humores y de gordura,y por ende como dize Iſac en ſus dietas particulares,tienen

nen diuersas cōplexiones y sustancias; porque por parte de sus humores son de naturaleza de agua, por parte de su sustancia gruessa y vntuosa son calientes y humidos, por parte de sus tunicas son frios y secos, y por esso dixo, que aunque es verdad, que por parte de su carne musculosa sean faciles de digestion. Empero por parte de su gordura tienen viscosidad y pesadūbre, e indigestion, y por esso no se deuen comer sino guisados y preparados con vinagre, sal, perexil, pimienta, agengibre, ó con cosas semejantes. Lo qual sintio el Galeno en el libro de euchimia y cacochimia, a donde dixo. *Oculos pauci quidem edeunt, constituuntur enim ex diuersis substantiis.* Quiso dezir, pocos son los que comen ojos, porque se componen de diuersas sustancias. Empero en conclusion dezimos de las narizes y ansi mismo del garguero, y orejas y otras cosas ternillosas, que porque se com-

Isa. die. par.

Galen. libr. de euchi.

 ponen

ponen de ternillas, que son cierta sustã
cia fria y seca compuesta de neruios y
cuero, son difficiles de digestion, y en-
gendran vn humor seco y malo, y que
difficultosamente se despide del esto-
mago, especialmẽte, si los tales miẽbros
ternillosos son de animales secos, co-
mo de cabras y vacas, porq̃ se engẽdra
vn humor seco, gruesso y viscoso sin
gordura, qual se engẽdra de pies y ma-
nos. Otra cosa seria si fuessen las tales
partes ternillosas de animales de leche
y jouenes, porque serian de mas loable
mantenimiento, empero deuianse co-
mer con especias y cosas aromaticas,
como lo dixo Mesue, hablando de la
nariz. La causa es, porque aunque pa-
resce que por razon de su sequedad, no
se auian de comer con especias aroma-
ticas, empero por razon de su xugo
gruesso, y viscoso, y de malina natura-
leza, deuense comer con ellas, porque
su sustancia se subtiliza, y su malicia se
cor-

corrige,y ansi lo quiso Rasis por autoridad del Mesue,enel.21.de su continẽ. cap.60.y.61.Esto dixo Isac en sus particulares,y Galeno enel lugar allegado. Del cuero deuemos dezir, que como sea vna sustácia entretexida de neruios y carne, que cubre todo el cuerpo y le ampara y seco de gruessa sustancia, terrena y dura, y por ende da mal nutrimento,como lo dixo Auicena.2.canõ. cap.552.a donde dixo. Que el cuero de los animalitos de leche,es mejor por razon que son humidos, empero que su nutrimento es poco y viscoso,semejante al nutrimento de los pies. En fin como dixo Rasis mas claramente enel.3. de Almanso.cap.11.El cuero causa sangre fria de mucha viscosidad, y haze opilacion,y por esso dixo Isac en el lugar alegado,q̃ el cuero y narizes y orejas,y toda sustancia de ternilla,se deuia preparar con vinagre,sal,mostaza,alcarauea,pimienta,agengibre, por la razõ

Rasis. lib. contin.c. 61. et 62.

dicha,empero deuense guardar de comer estos miẽbros,los q̃ fuerẽ flematicos,melãcholicos y gẽte gruessa,y por ende dixo Ioã Vrsino medico y poeta.

Delectent quamuis vdos damnamus ocellos
Damnamus neruos auriculasque simul.

De la lengua deuemos dezir,que es vn miembro de carne espongiosa,y laxa, en el qual penetran venas y neruios, y finalmente es vna carne musculosa llena de humor aguoso y correntio, de la qual dixo Paulo Aegineta,que era blãda, y de poco nutrimento, y por esso se deue comer con mostaza, como lo dixo Rasis en el veynte y tres de su cõti.capitulo.696. Empero dixeron Haliabbas,e Ysac, que era vn mantenimiẽto blando,medio entre el gruesso y sutil,el qual por razon de su humidad aguosa y muy humida es carnelaxa y sin sangre,e por ende se deue comercõ açafran,agengibre, oregano, ansi lo quiso Vrsino poeta,pues dixo.

Rasis 23.cõt. c.696. Hal.5. theo.c.22. I·Vrsi.

Lin-

Lingua licet mollis licet et ſit ſanguinis expers.
Nolo tamen menſis hanc procul eſse meis.
Imo placet ſed iunge crocos & zinziber acre.
A donde dixo. La lengua aunq̃ ſea mo llicie, y ſea de poca ſangre, no quiero eſte fuera de mi meſa, pero aderecceſe con açafran y agengibre, y pimienta y otras eſpecias.

CAPITVLO

43. de la naturaleza de los pies, y cola de los animales en quanto alimento.

AVicena enel ſegũdo canõ, cap.555. dixo q̃ los pies engẽdrã vn humor viſcoſo y no grueſſo, pero es loable y d̃ pocas ſuperfluydades, buenos de digerir, y la ſeñal es, que quando ſe cuezen preſto ſe hinchan, y preſto ſe diſſueluẽ y reblandeſcen, pero ſu mantenimiẽto es poco, engendran ſangre fria y liuiana, y muy mas que la carne, los pies delan

delanteros,son mas loables que los tra seros por estar junto al coraçó, el qual con su calor les consume mas sus superfluydades dan como digo alimento viscoso y no guesso,por lo qual presto deciēdē del estomago por su viscosidad.Esto dixo Haliabas enel quinto de su Theorica,cap. 22.¶Deuense escoger de animales mejores, como de carneros, de puercos, terneros, cabritos, deuense preparar con vinagre poco, y açafran, porque se consuma su viscosidad,y comerse en la primera mesa.

Halia. 5. theo. cap. 22

Rasis 23. cō. c. 661.

De la cola dixo Rasis,que es de mas solido y firme mantenimiento que el viētre y tripas, y por esso es de mas difficil digestion,y de poco nutrimento,pero por su mouimiento, es de poca superfluydad.E por esso dixeron los modernos, que era de conuenible mantenimiento, por su continuo mouimiento.Empero ser de conuenible mantenimiento,no lo conceden muchos de los

Rasis. 22. cō. c 327

los physicos, especialmente Isac, que dixo, no solamente la cola es indigestible, poco sabrosa, pero y todos los miembros que estan junto a ella por dos razones. La primera, porque estan distantes del coraçon. La segunda, por que esta jũto a las vias de las superfluydades de camara y orina, de donde adquiere vna mala qualidad. Y ansi dixo Rasis enel tercero ad Almansorẽ, cap. 11. La cola es calida, daña el estomago, engendra hastio y colera roxa. Y Galeno enel libro de euchimia & cacochimia, conto a la cola entre los miẽbros de mal xugo, y de difficil digestion, demas que dixeron los philosophos, que las carnes pilosas no carezcan de veneno, como son las cabeças y colas.

Isaac pa. die.

Rasis. 3 ad alm. cap. 11.

Galen. lib. de euchi.

CAPITVLO 43. dela naturaleza de la pringre y sangre.

Dixo

DIXO Galeno en el tercero de los alimentos capitulo diez y siete. Toda sangre se digere cõ difficultad, especialmẽte si es gruessa y melancholica, qual es la de los bueyes. Empero la sangre de los animales mõteses, es de mas subtil sustácia, y mas loable, porque no comen mantenimiento mucho, y exercitanse de contino y respiran en ayre sutil y delgado. Por las contrarias razones es mala la sangre de los animales domesticos, porq̃ comẽ cosas gruessas en abundancia, de dõde se les atapa los poros y vias, y por ende se engendran enellos muchas cosas podridas y superfluas, y porq̃ se exercitã poco, y porque respiran en poco ayre y gruesso, y enel libro de attenuante victu, cap. 8. todo vso y costũbre de comer sangre se due evitar y mas en las dietas subtiles, y an si dixo Rasis. Toda sangre es de difficil digestion, especial la que es gruessa q̃ declina a colera negra a manera de sangre

Galen. libro. de atte. vi.

Rasis 22. del cont. c. 308. ex paulo.

gre de Toro, y por esso se deue huyr, aunque muchos hazen morcillas de sangre de puerco, mezclando con ella leche y gordura con simiente de hinojo para en tiempo de inuierno, no sabiendo quanto daño y mal se sigua de la tal comida, y por esso la deuen euitar todos los hombres, en especial los holgados y ociosos, y que no trabajã ni se exercitã. De la pringue dℓuemos dezir cõ Serapiõ por autoridad đ Galeno, q̃ si la pringue fuere đ animal humido, se engẽdra gordura, o enxũdia, como en el puerco. Empero si fuere en animal seco, como en buey, o cabra se engendra sebo, y esto es lo que dixo Haliabbas en el quinto de su Theorica, capitulo veynte y dos. La complexiõ de la pringue, que es la enxundia, es calida y humeda, empo el sebo es mas caliẽte, menos humido q̃ la pringue, o ẽxũdia, mas ãsi la pringue como el sebo son flema y humidad superflua, relaxã

Serapius *Halia. 5. theo. c. 22.*

el esto

el eſtomago, preſto ſe alteran, dan poco mantenimiento, engendran ſangre ruyn, y no lo able, cauſanſe d̄la frialdad delas mēbranas, o paniculos. Por q̄ antes q̄ la gordura ſe cōgele de la tal frialdad es como azeyte, y por ende, como por la frialdad ſe congela y quaja, anſi, por el calor ſe derrite, y reſuelue, porlo qual cerca delos miembros calidos no ſe haze pringue ni ſebo, como junto al coraçō, al higado, a la hiel, por lo qual ſe ſigue, que anſi la pringue, como el ſebo, es caliente, y humida, aunque el ſebo es mas caliente que la pringue, o enxundia. Por lo qual dixo Iſac, que toda la pringue, o ſebo de ſu propriedad es malo al eſtomago, y dañoſo a la digeſtion. Lo primero, porque por ſu leuedad nada en el eſtomago. Lo ſegundo, porque quando ſe junta con otro manjar, el tal manjar quando ſe digiere, relaxa las hebras del eſtomago, hazele lubrico, y correntio, por lo qual debilita

a la

a la virtud contentiua, y fortifica a la expulsiua, y mas en los estomagos frios porque en los calidos las cosas vntuosas se conuierten en fumosidades, y colera, porque el calor del estomago se enciende mas con la pringue y vnto, ansi como el fuego exterior, y por esso fue parescer de Isac. La pringue, agora sea carnosa, agora sea sin carne, es de poco y mal alimento, engendra opilaciones, y ayuda a acrescētar los humores flematicos. Lo mismo dixo Auicena en el segūdo canō, cap. 146. La pringue y sebo son de mal nutrimēto, y poco, leuātā el cibo, y sino fuere en poca quantidad, no son conuenibles. Finalmente, como el mismo lo dize, todas las cosas vntuosas derriban el appetito, y le debilitan, porque le relaxan, y por ende corrompē los orificios delas venas, por lo qual no se deuen vsar cosas de pringue, y mucho menos de sebo, sino es por via de hazer angū guisado en poca quātidad.

Isac. p. diet.

Auic. 2. canō p. 156.

M Cap.

CAPITVLO 44. de la complexion de los hueuos.

LO que es simiente en los animales pedestres, es hueuo en las aues, por que ansi como la simiente se haze de lo superfluo del alimento de la postrera digestiõ de los miembros. Ansi ni mas ni menos los hueuos se hazen en las aues de lo superfluo de la vltima digestion de los miembros. Son los hueuos comunmente reputados a par de los physicos por templados y semejantes a la complexion y temperatura humana. Empero esto se deue de entẽder de sus guiemas, porque son caliẽtes y humidas templadamẽte, y no en excesso, y por esso son muy faciles de digestion y engendran mucho nutrimento loable y sangre buena, y son de facil penetracion. Empero la clara es fria y humida

da con parte terrestre, y por ende es de difficil digestion, mantiene poco, y no engendra sangre loable, son los hueuos mejores los de la perdiz, y de la gallina porque son de muy mas facil digestiõ y penetracion, y de presta conuersion en loable sangre, que ningunos đ mas, fuera de esto engendran mucha esperma, y son prouocatiuos de coyto, como lo dixo Auicena en el segundo canon, y Rasis en el tercero de Almanso. capitulo, 14. y Galeno en el quarto de simplicium medica. facultа. Adonde dixo, que la clara del hueuo se compone de substancia de ayre, y de tierra, y de agua, como el olio. Empero que tiene mas de substancia de tierra, que el olio, y por ende que tiene terrestridad y grosseza, y viscosidad, es difficil de digestion. Y por esso dixo en otra parte, que las yemas de los hueuos se deuen dar a los flacos, porque su clara es difficil de digestion.

Auic. 2. canõ. c. 5. G. 1. 4. de simplici.

Y dizese, que por esperiencia esta comprouado que el hueuo mezclado con poluos de encienso, quita la lagrima del ojo, ansi lo dixo Ioan Vrsino en su prosopopeya.

Lippe meis ouis mannam cum polline thuris
Adde nec ex oculis dissluet unda tuis.

CAPITVLO 45. Quales son los mejores hueuos.

DOS condiciones requisitas han de tener los hueuos para ser buenos, y de buen mantenimiento, y faciles de digestion. La primera, que sean de aues escogidas y loables, de edad florida, gruessas, que se ayunten con machos. Por ende los hueuos de perdizes, y de gallinas nueuas gordas que se ayuntan con gallos, son los mejores. Los demas hueuos dlas otras aues, no son loables,

por

por la mayor parte, porque los hueuos de la Aueſtruz,o del ganſo, ſon de mal nutrimento,y de graue olor,de difficil digeſtion. Empero deſpues de las perdizes y gallinas, ſon mejores los de los anades,luego los de los anſares, peores los de la Aueſtruz,y mucho peores los del pauon, ſon demaſiadamẽte calidos los de los paxaros. Lo qual dixo Galeno en el.3.de alimentis,cap.21. Los mejores hueuos ſon los de las gallinas y fayſanes,los peores los delos anſarones y aueſtruzes,ni mas ni menos los hueuos de las gallinas viejas,o perdizes viejas, porque ſon graues y peſados y de poca humidad. La ſegunda condicion, que ſean reziẽtes, porque los tales hueuos ſon de mas abundante calor. Lo qual ſe pareſce por ſu acceptable olor y ſabor,por lo qual dan buen nutrimẽto y confortã el calor natural. Los hueuos viejos ſon muy malos y engendrã vna ſangre corruptible, porq̃ ſu calor

Gal.3. de ali.

natural se disminuyo y rescibieron vn calor natural del ayre exterior, por ende engendran vnos humores muy faciles a corromperse. Y quanto mas viejos, tanto mas peores. Lo qual dixo el Galeno en el tercero de Alimētis, cap. 21. Los hueuos muy buenos son los muy rezientes, empero muy malinos los viejos, y los q̄ fueron medios quāto mas se allegaran a los extremos, tanto mas ternādе malicia, o bōdad. Pues llue go concluygamos, que los hueuos de las gallinas rezientes son los mejores, y que los de las otras aues son malos, y aunque los de los anadones, y ansarones tengan alguna bondad, son duros y graues de digerir, y peores los de la auestruz, porq̄ son mas duros, d̄ mal nu trimēto, y de mal olor. E muy mas peo res que todos los de las aues son los del pauō, por el horrible olor de su carne, y porende son indigestibles y differentes de la complexion humana.

Gal. 3. de ali.

Cap.

CAPITVLO 46. Como se deuan cozer los hue uos para que sean conueni bles a la salud.

LOS hueuos son templados en calor y humidad,y mas conuenibles a la humana cōplexiō.Los quales,como se puedā preparar ē dos maneras,enagua al fuego,o immediatamēte sobreel fuego,y desta manera,o encima de las brasas,o enel rescoldo.Item quando se preparan,o se q̄dan medio crudos, no mas que escalentados a la lūbre, o muy assados,o cozidos,hasta q̄ se paren duros,o ni muy duros ni muy blādos, sino medianamente assados,o cozidos,q̄ se dizē hueuos sorbiles, o tremulos. Quanto alo primero dezimos,q̄ los hueuoscozidos en agua son los mejores,porq̄ en la agua se conserua su humidad, y se

hazen mas faciles de digeſtion, y pierden en la agua el graue olor, ſi alguno tienen, y como los que ſe cuezẽ ſe puedan cozer cõ caxcara, o ſin ella, los hueuos que ſe cozierẽ ſin caxcara ſon mas loables, porque ſe exhala ſu vapor y humo, y ſe penetrã de la agua, por lo qual adquieren vna humidad ſuaue, y ſu ſuſtãcia ſe adelgaza y attenua mas, y por ende ſe hazen mas faciles de digeſtion, y engendran mas loable ſangre. Los q̃ ſe cuezen con caxcara ſon peores, porq̃ la caxcara detienẽ ſus fumoſidades, y los haze ſer mas grueſſos y que engendran ventoſidad y aggrauan el eſtomago; como bien lo dixo Iſac en ſus vniuerſales, cap. 17. Empero los hueuos aſſados ſon mas grueſſos que los cozidos, y de mas dura digeſtion, porque en el fuego adquieren calor y ſequedad, y por ende ſu humidad natural ſe conſume, eſpecial ſi ſe aſſan debaxo de reſcoldo, o ceniza feruiente. Porque como cubiertos

Iſac. 5. do. cap. 17.

biertos

biertos no se exhalen, ni su olor graue salga a fuera, bueluense peores. Pero si se assan sobre brassas, exhalase su olor malo, y sale su vapor y humo, y ansi son mejores que cubiertos y de mejor mãtenimiento. Empero los hueuos medio crudos, o poquito assados, o cozidos, no son de desechar, y dan mucho nutrimẽto, como lo dixo Serapiõ, el hueuo medio crudo da mucho mantanimiento, y mas q̃ cozido de otra manera. Y ansi dixo Rasis. Los hueuos blãdos son prestos para descender, y son conuenibles a los que les salio mucha sangre, y alos que se les disminuyeron las fuerças, empero los hueuos que se cuezen, o assan hasta que se paran duros son difficiles de digestion y desecan, detienense mucho en el estomago, aggrauan el vien- y tripas, son de mucho mantenimiento, aunque no bueno, son võtosos. Esto dixo Galeno enel tercero de alimẽtis, capit. 21. y enel libro de bono, & malo succo

Gal. 3. de Ali.

ſucco,cap.3. E Iſac en las vniuerſales. Empero los hueuos tremulos que ſon medios, entre los duros y los blandos, conuiene a ſaber, que no eſtan duros, ſi no quajados ſon đ muy buen nutrimẽto, faciles de digerir y de penetrar por las venas, pero no dan tanto nutrimento como los duros, ſon muy medicinales, para la aſpereza del pecho y de la caña del pulmõ, como lo dixo el Galeno en el libro de cuchimia & cacochimia, y en el.3.de alimentis. Pues q̃ diremos đ los hueuos fritos cõ azeyte, ſino q̃ ſon peores q̃ quãtos ay aparejados de otra manera, porque luego ſe conuierten en colera y en humos nidoroſos, corrompen todos los de mas manjares que hallan en el eſtomago, aggrauan el vẽtriculo, y corrompenſe preſto, engendran enhaſtio, dan grueſſo y mal mantenimiento, eſto dixo Galeno dellos en el tercero de alimentis, e Iſac en la doctrina.5.cap.17.

Galen. ibi.

Iſac. doct.5. cap.17

Cap.

CAPITVLO 47. De la leche.

LA leche segun que he leydo, no es otra cosa sino sangre segunda vez digerida y conuertida en humor blāco en las tetas, es semejante en su complexion templada a la complexion de los cuerpos humanos. Y por ende es para ellos vn conuenible y loable nutrimento. Empero, porque los modernos vsando della mal, y de las cosas que della se hazen, como de queso, naçulas, quajada natas, sean hallado mal, y con muchos achaques y enfermedades, por esso la han condenado por mal mantenimiento, la qual opinion se deue tener por falsa y erronea, porque como sea nutrimēto ordenado de la naturaleza para mātenerles de necessidad bueno y loable, el q̃l haze sangre en abūdācia y aumenta el celebro y es muy propinquo para se conuertir en sangre, como lo dixo

Auicena

Auicena en el segundo canō, cap. 449. Adonde aduierte, que aunque la leche sea sangre otra vez cozida, empero en la segunda decoction, o digestiō, no adadquiere mas calor, mas antes frialdad por la carne glandulosa, fria, y humida de las tetas. Y por esso dixo el Conciliador en la differēcia. 147. *Et si lac sit sanguis secundo coctus secunda coctio ei non caliditatem sed potius infert frigiditatem propter mamillarum carnem glandulosam, frigidā & humidam.* De donde se saca, que la leche adquiere en las tetas frialdad. Y ansi como el espiritu animal se digiere dos vezes, la vna enel coraçon, la otra enel celebro, ansi la leche se digiere, o cueze dos vezes, vna vez en el higado, y otra uez en las tetas, por lo qual la leche fue y es juzgada por fria y humida, y no por caliente, como lo penso Isac. Y deste parescer fue el Galeno en el. 4. de simplicium facultatibus, cap. 16. y Haliabbas en el 5. de su Theorica, cap. 26.

Conci. di. 147

Ga. 4. de sip. Halia. 5. tho. c. 26

y Ra

y Rasis ad Almansorem en el cap. 15. A donde dixo. La leche rezien ordeñada, es cercana a temperaméto, aunque se allegue y decline a frialdad y humidad, porq̃ se da a los ptysicos, a las tosses secas, al ardor dela orina, y tiene marauillosa operacion para los tales accidentes. Las quales propriedades no tuuiera sino fuera fria y humida. Y tambien lo dixo Serapion enel capitulo de prouocantibus lac. Lo qual se prueua tambien ansi, porque la leche tiene tres sustaucias, vna mantecosa, que es la nata, otra caseosa, o de queso, otra sustancia de suero. La sustancia pingue de nata, es templada en cumplexion de las quatro qualidades, la sustancia de queso es gruessa y fria, la del suero es fria y humida, porq es la agua del queso, por lo qual como sea fria por dos partes, resta que la leche es fria y humida. Empero. porque dixe que el suero era frio algunos physicos dixeron ser caliente,

Rasis. a Almã. lib. 3. cap. 9.

de la

Auic. 2. canō lib. 8. de la qual opinion paresce auer sido Auicena en el segundo canon. 8. libro capitulo de lacte, y Rasis tambien parecse que lo quiso en el continente, li- *Rasis. cōt. 20. & 12.* bro veynte, Adonde dixo que no conuenia en las fiebres, pero en el 12. dixo que era frio. Y el mismo Auicena in *Auic. 18. ter. c. de apost. rē* 18. terrij capitulo de Apostemate renū, dixo tambien, que el suero era frio. Empero esta contradicion se suelta desta manera. Que el suero de suyo es frio, porque es agua del queso. Empero por razon del quajo es calido, porque la flor con que se quaja, la qual es del camaleon que se dize cardo ajongero, que no tiene alcarchofas, es calida, y el suero ansi sacado es calido. Otra cosa sera quando se quaja el queso con oximel, pues entonces el suero que sale del es frio.

CAPITVLO 48. de la qualidad y quãtidad del nutrimento que se haze de la leche.

DE vno de tres animales deue ser la leche excogida, de muger, de borrica, qualquiera destas leches si se toma en estomago y cuerpo limpio de malos humores es loable, de múy buẽ nutrimẽto, y que fermosea el rostro y cuero, dando buen color, y engorda por su humidad, conuiene a los calientes y secos de su complexion, y a los viejos, a los ptysicos es muy conuenible, y ansi dixo Galeno en el quinto de sanitate tuenda, que la leche es solutiua de vientre, da mucho alimento, y mantiene bien; conuiertese velozmente en sangre por ser en su substancia y complexion muy cercana a ella, aumenta el ce

Rasis.3 adalm. cap.15. Auic. 2.canõ. c.449

el celebro y la esperma, como lo dixo Rasis en el tercero ad Almansorem, capitulo.15 y Auicena en el segundo canon cap.449. a donde dixo. La leche yguala y conforma los humores, conforta el cuerpo, y alimpiale. Finalmente, si el cuerpo esta limpio, y la leche se digiere, o cueze, da mucho mãtenimiẽto, engendra loable sangre, augmẽta la carne, humedece loablemente el cuerpo, enterneſce la carne, y haze hermoso el cuero.

CAPITVLO 49. de las especies de la leche.

ENTRE las leches, la mas templada, y la mejor y mas semejante a la complexiõ humana, es la de la muger, despues della la de la borrica, y despues la de la cabra, y luego la de la oueja, y luego la de la vaca, y luego la de la puerca, y en general se deue tener esta regla, que

que aquella leche de qualquier auimal para ser la mejor y mas escogida, deue tener estas cōdiciones, el color muy blá co, claro, sin amarillez, sin rubor, sin liuor, buē olor, y suaue, que no sea graue ni ascherosa, ni huela a otra cosa, en sustácia mediana, quiero dezir, que ni sea gruessa ni delgada, de suerte, q̄ si se echa vna gota sobre la vña, o vn espejo, se quede acontinuada, y abaxo ancha, y arriba aguda, o apiñada. Su sabor que sea acceptable, sin sabor de sal ni vinagre ni amargor, sobre todo sea ygual en su corpulencia, y que si se echa sobre cosa tersa y solida, se quede alli fixa, y nose deue tomar luego despues del par to, sino por lo menos despues de quarē ta dias, como lo dixo Haliabbas enel. 5. de su Theorica, cap. 26. y deue de ser re ziē ordeñada antes que se altere del calor, o frio exterior, porque es muy facil alterable, deue ser de animales gordos que se apacientan de buenas yeruas, y

Halia. 5. theo. cap. 25.

de edad florida: y que no aya mucho tiempo que ayan parido. Y ansi dixo Isac, q̃ nadie deurie beuer leche de animal, del qual no sabe que yeruas pasce, porque si pasce yeruas menudas rezien nacidas, tiernas, mejor leche terna, si pasce yeruas secas estiticas, sera buena para confortar el estomago, y para camaras, como la leche de la cabra, porque pasce extremidades de ramos. Pero sera abominable leche la del animal que pasce yeruas purgatiuas venenosas, como lechitrezna, tartagos, toruisco. Hase tambien de considerar el tiẽpo, porque la leche del verano es mas templada, ansi por la templança del tiẽpo, como por la naturaleza de la leche pues como no esta jũto al parto sera menos superflua, porque por auer ya algunos dias que passo el parto, aurase consumido la humidad superflua que quedo del parto, y desecar sea, y quedara la humidad natural y sustancial. Empero la leche del otoño es gruessa, multi-

plicatiua de ventosidades, muy llena d sustancia de queso gruessa, que con dificultad se digiere, cercana a podrecerse. Empero la del principio del estio, es mediana entre gruessa y delgada, ni aguosa, o serosa, ni caseosa. La leche del inuierno es muy mala, es muy gruessa, seca por la distancia del parto. Por ende su humedad natural se consumio como lo dixo Auicena en el segundo canon, capitulo. 449. Pues luego para que la leche pueda ser del todo buena, deue tener en si estas condiciones. Empero la que no las tiene es mala y dañosa, porque si es gruessa, engendra piedra en los riñones, y no es buena para cholera, enciende el estomago, y renes, haze ardor de orina, y opilaciones en baço y higado, a los que estan aparejados para ellas. Especialmente si es leche cercana al parto en la postrera parte del estio, o en el otoño, o inuierno, y si es la leche de animales,

Auic. 2. canō c. 449

cuya carne es fetida como de leona, o de perra, o de animal, cuyo parto es largo mas q̃ el de la muger. E si la leche fuere azeda como vinagrosa tambiẽ es dañosa, sino fuere en los estomagos calidos y cholericos, pero en los de mas es mala. Porque como dize Auicena en el segundo canon en el capitulo alegado, es fria y seca, inobediente a la digestion, aggraua las enzias, daña el estomago. Finalmente engendra humores crudos. Lo mismo dixo Galeno en el tercero de alimẽtis, cap. 15. Y deuese tã bien aduertir, que la leche de la qual hã sacado la nata que se dize leche desnatarada, es fria en d̃masia, trae y acarrea muchos daños. Y tambien la leche que comunmente se vende, porque ha mucho que se ordeño es tambien dañosa, y engẽdra piedras de riñones, y es gressa, difficil para digerir, y haze mas nutrimẽto, especial si el estomago esta occupado. ¶ Esto supuesto, voluamos al prin-

Gal. 3. de ali.

principio diziendo. Que la leche de la muger es de mas sutil sustancia, y mas propinqua a los cuerpos humanos, y mas templada y de mejor mantenimiẽto que ninguna otra leche. Y por esso dixo Serapiõ, que la leche de la muger es mas saludable, especialmente de la sana y moça y no anciana, sino de edad juuenil y hermosa, templada de cõplexion. Al fin cõcluye que es mas dulce y de mas nutrimento que toda leche. Esto mismo dixo Galeno enel septimo del methodo, en la cura de la sequedad del ventriculo. Tras la de la muger, es segunda en bõdad la leche de la burra, porque esta es la mejor de las de mas, y ansi lo dixo Galeno en el lugar acotado. Y Auicena en el segundo canon, diziendo. La leche delas burras es menos mantecosa y de menos nata, es de sustãcia sutil. La leche de las cabras es templada y moderada, entre guessa y delgada. La de la vaca es muy mantecosa

Serapi. c. lebẽ.

Gal. 7. metho.

Auic. 2. canõ

y gorda. La de la oueja es gruessa mucho. Y por esso dixo Galeno en el libro de bono & malo succo, en la leche de las burras ay demasiado suero, y en la de las camellas, en la de la oueja mucho de sustancia de queso, y por ende es gruessa. En la de la vaca, mucho de vntusidad y de mantecosidad. Pero la leche de las cabras, es moderada, y grande mediocridad de sustancia, y qualidades. Y ansi para los sanos es muy conuenible y mas que ninguna, excepto la de la muger, aunque para los flacos y magros que quieren engordar, mejor es la de la vaca, por ser tan mantecossa, como lo dixo Almans. en el tercero

Galen. libr. de euchi.

Rasi. 3 ad Almanso.

CAPITVLO 50. de las obseruancias que deue auer despues de comida la leche, o las cosas de leche.

Dixo

DIXO Auicena en el seguudo canon,cap.444. Conuiene que el q̃ come la leche, huelgue despues de la auer comido,porq̃ no se corrompa ni se azede,ni tampoco conuiene dormir sobre ella,ni que resciba otro mãjar. Primero que descie̋da la leche a las tripas, ni se deue beuer vino porque la altera, y la quaja,y la haze penetrar por las venas indigesta, como paresce que lo sienten los physicos modernos, esto es quãto a lo primero. Quanto a lo segundo, que no es menos necessario que lo primero es,que despues que se aya tomado la leche se lauen los dientes, y las enzias cõ vino,o cõ aguamiel , o cõ otras cosas ansi semejantes que alimpiã,porque dixo el Galeno en el quinto de sanitate tuenda. *Noui autem quemdam cui ex lactis vsu dentes omnes perierunt, id quod ea de causa contigit multis alijs.* Como si dixera. Conosci a vno, el qual se le perdieron los dientes por el mucho

Gal.5. de sani. tuend.

vſo de la leche, coſa q̃ a otros muchos acaeſcio. La cauſa, como dixo Iſac en ſus particulares, es porque como engẽdra en las enzias relaxaciõ, y las empodreſce, porque relaxadas preſto ſe empodreſcen. Por ende neceſſario es, q̃ ſe laue la boca cõ aguamiel, o con vino, o con oximiel. Lo qual mando tambien el Galeno en el tercero de alimentis. c. 14. Porque lauando las enzias con eſtas coſas, ſale a fuera la viſcoſidad, o ſuper fluydad que ſe quedo entre los dientes la qual cauſa relaxacion y putrefacion. Y por ende dixo Auicena enel lugar acotado. La leche daña a los dientes, corroelos y horadalos, y conſumelos, y relaxa las enzias. Por ende laueſe la boca con vino, o oximel. Y no ſolamente ſe entiende eſto de la leche, mas empero y de las coſas que ſe conficionan della, porque deſpues de comidas ſe apegan a los dientes y ſe hazen vnas veſcoſidades y podredumbres fętidas que corrõpen

Gal. 3. de ali.

Auic. ibidem.

pen,relaxan las enzias, dan mal olor a la boca. Cōuiene pues que se laue luego con alguna delas cosas que auemos dicho.

CAPITVLO 51. de los daños que se siguen del continuo efrequente vso de la leche.

AVnque tomada la leche en conuenible cātidad y no siempre,no pueda dañar en manera alguna, mas antes aprouechar,pues tomada desta manera,como lo dize Isac en el mismo lugar acotado,engendra loable sangre,humēdesce el vientre, ayuda los pulmones y vexiga, engorda el cuerpo, clarifica el color,yhaze otrosmuchos prouechos. Empero el continuo vso della,en especial tomandose en mucha copia y abundancia, haze y causa muchos daños y peligros,y esto mas por parte de quien

lo toma que no por parte dlla, por par
te de quien lo toma, porque no tiene el
eſtomago y venas limpias de ſuper-
fluydades, ni de malos humores. Por
lo qual allende que daña tanto a los
dientes como auemos dicho, no es bue
no para las entrañas, aunque la leche
de cabras no ſea tan dañoſa, offende las
tripas y humedeſcelas, y las relaxa. Por
lo qual los que tienen el vientre, eſto-
mago, tripas, debiles y flacos, no vſen
anſi della como los de mas hombres,
ni tampoco vſen della los que tienen
las venas angoſtas, y eſtrechas, eſpecial
mente ſi ſon viejos y frios, porque les
cauſara opilaciones, anſi en baço como
en higado, como en las venas miſeray-
cas: y por la miſma razon cauſara pie-
dra en los riñones, eſpecial ſi la tal le-
che es grueſſa, como lo dixo Haliabas
en el.5.đ ſu Theorica.c.26. La leche en
la qual ay cierta ſuſtancia de quajar y
congelar, es mala, porque la tal ſuſtācia
engen-

Halia. 5.theo. c.26.

engēdra opilaciones en baço y higado, y piedra en riñones y vexiga. Y mucho mas obrara esto si se comiere mezclada con otros manjares gruessos. Y tambiē como dixo Auicena enel lugar acotado, es mala para los neruios y para sus enfermedades, especial si fuerē frias y flematicas. Haze tābien escuridad en los ojos, y aun muchas vezes calenturas. Por lo qual, no conuiene acostumbrar leche, ni tomarlo sino con estomago vazio y limpio de malos humores, y sea de alimañas sanas, y no mucha, ni contino. Es cōuenible a los ya varones de edad madura, y a los viejos de complexiō caliēte y seca y no flematicos, ni q̄ tengā el estomago lleno de malos humores cacochimico, sino limpio, menos cōuiene a los mācebos, porq̄ eñllos se cōuierte en colera, por el calor mordaz q̄ en ellos ay: Ni tāpoco alos flematicos y frios de estomago, porq̄ no es bastante su calor a conuertir la leche en

sangre

ſangre conuenible, ni conuiene a los q̄ tienen los hijares hinchados de ventoſidad,o aparejados para ello,como lo dixo Galeno enel quinto de ſanitate tuẽdo. Finalmẽte, ſi la leche no ſe digiere en el eſtomago ſe conuierte en vno de dos,o en azedia,ſi el eſtomago es frio,o en fumoſidad y amargor, ſi fuere calido. Lo qual acaeſce quãdo el eſtomago eſta frio por flema que ay en el, o quando eſta calido por cholera: porque ſi el eſtomago fueſſe calido de ſu complexion,entonces conuerniale. Porlo qual no cõuiene ſino en eſtomagos limpios yvazios de malos humores. Eſto ſintio Auicena en el.2.canon,cap.444. Eſto Iſac en los vniuerſales,cap. 17.

Gal.5. de ſani. tuend.

Aui. 2 canõ.c. 444. Iſac.di vni. c. 17.

CAPITVLO 52. como ſe deua preparar la leche.

Como

COMO del tomar la leche en desmoderada quantidad y sin sazon, o tiempo se sigan muchos daños y documentos, porque en general tomada desta manera aggraua la naturaleza, haze daño en estomago y cabeça, por esso con seguridad auemos de empeçar en poco y paulatinamente yr a mayor quantidad, segun que el estomago lo requiera. Y por esso cõuiene que la leche se tome rezien ordeñada de la teta, porque ansi es mas dulce, de mas nutrimẽto, mas liquido, mas facil de se conuertir en sangre. La razon es, porque la leche es muy facil de se alterar y se corromper por la delicadez de su sustãcia. Lo qual se paresce por experiẽcia, pues tan presto se azeda. Por ende si la tal leche no es ansi nose quajara, especialmẽte conuerna echarse si fuere gruessa tomada de otra manera, luego se quajara y hara pesadumbre en el estomago y ahogamiento en la garganta, como lo dixo

Isaac diet. vniuers. c.17. Ga.7. metho. et li. de suchi.

dixo Isac en las vniuersales, y Galeno en el septimo del methodo, y enel libro de bono, &c. malo succo, cap.3. Y deuese tomar en ayunas de mañana, y no se deue tomar otro manjar hasta que se aya digerido y descendido a las tripas, no se deue comer con cosas azedas, ni con peces, porque se engendrara lepra, y otras enfermedades.

CAPITVLO 53. De la leche quajada y naçulas, natas, naterones, requesones.

TODAS las cosas hechas de leche son dañosas, y mucho hierran los nobles y grandes en las comer, especial mente comiendo las tales viandas a la postre de otros manjares, no sabiendo que comiendolas ansi corrompen y alteran los manjares que primero tomaron por muy buenos que seã. Porende dixo Platina. La leche quajada, que se llama

llāma requesones,o naçulas, o natas, o quajada se deue comer al principio de la mesa, porque despues de la comida, o luego se empodresce y corrompe, o haze descender el manjar crudo,e indigesto,ya llēde que haze grauedad y pesadūbre en el estomago,embia humos a la cabeça,dende procedē ahogamiento,angustia,es duro de digestiō, y peor q̄ otra ninguna leche, engendra gruessos humores,haze hastio, y camaras de lienteria, como lo dixo Isac enlas vniuersales dietas,cap.57. Y tambiē Rasis en el.3.ad Almans.c.15.adōde dixo. La leche quajada da hastio,es graue y pesada,y no mueue el apetito,como es el q̄so fresco.Empo de la nata, o māteca que diremos,sino que es en la leche la parte mas vntuosa,y mas caliente y humeda y de mas nutrimento que la parte de queso,como lo dize Isac en la doctrina quinta. Suele hazer se aquesta nata de la frialdad de partes de noche, conuiene

Isaac. di. uni. cap.57. Ras.3. ad Al manso. c.15. Isaac. doctri. 5.

uiene a ſaber,es aquella parte que nada por encima de la leche,y por eſſo ſe llama nata,y es vna coſa muy preciada đ los goloſos y comedores, no ſabiendo que aunque es guſtoſa y ſuaue al paladar,empero que relaxa las hebras y inſtrumẽtos del eſtomago,y que porque es de la qualidad y ſuſtácia del ayre, anda nadando ſobre los de mas mãjares, como el azeyte ſobre la agua, por lo qual ſe pega en los manjares vna viſcoſidad,por la qual los manjares ſe hazẽ mas grueſſos y deleznables,y por ende preſto deſciendẽ del eſtomago a las tripas,antes q̃ ſe digierẽ,y como ſea caliẽte y humeda,y mollificatiua,no es aprouada de los phyſicos por via de mãtenimiento,porque ſobre manera relaxa el eſtomago. Y anſi dixo Auicena en el ſegundo canon,cap.115. y Raſis en el tercero a Almanſ.cap.15. *butirum etiam coctum ſtomachum debilitat, & dura mollificat.* Por lo qual ſe deuen guardar della, en eſpe-

Auic. 2.canõ. c. 115. Raſi.3 ad Almanſo. cap.15.

en especial los flematicos y personas gruessas porque engorda mucho: y por ende los muy magros podran vsar della al principio de la comida cō mas seguridad. De los requesones ay poco escripto de los antiguos, pues tambien son comprehendidos debaxo de la leche quajada sin sal. De los quales dixo Auicena en el segundo canon, cap. 128. *Recocta minus est nocius stomacho quam caseus nouus.* Quiere dezir. El requesón menos dañoso es para el estomago, que el queso fresco. E por esso dixo Haliabbas en el quinto de la Theorica, cap. 26. *Quando ex colatur lactis aquositas remanet coagulatiua substantia quæ vocatur in nostro vulgari, recocta, &c.* Quiere dezir. Quādo se cuela la agua de la leche, que es el suero, queda en el coladero vna sustancia quajada y condensada, que en nuestro vulgar se llama recocta, o requesó, esta tal sustancia matiene el cuerpo de vn mantenimiento bueno y conuenible:

Auic. cano. 2. c. 128.

Halia. 5. theo. cap. 26.

y es vtil à los hombres de estomago caliente, y à los que padescen camaras de cholera, en especial si los tales requesones son de leche de vaca, porque son saludables à los hombres sanos. Empero no se digieren en estomagos frios. Lo mismo sintio Rasis en el tercero a Almansor, cap. 15. adonde dixo. Massal, q̃ se expone recocta, ò requeson: enfria fuertemente, reprime, y amansa la sed, y tiempla la cholera, empero es malo para enfermedades de frio y para los neruios. Esto dixo Rasis, de donde se infiere contra Platina, que los requesones son frios y humidos.

Rasis. 3 ad Al. c. 15.

Erron. Platin.

CAPITVLO 54. Del queso reziente.

EL queso reziẽte tiene muchas differencias, porque vno es reziente,

otro es añejo, otro es medio, entre el reziente y el añexo. De lo reziente, vno es sin sal, otro salado. Item ay muchas differencias en los quesos por parte de la leche, pues vno es queso de leche de ouejas, otro de leche de cabras, otro de vacas. En quanto a las qualidades auemos de dezir conforme a Auicena en el segundo canon, capitulo 128, que el queso fresco y sin sal, es frio y humido en grado tercero y nutritiuo, y que biẽ engorda. Empero dize que es dañoso para el estomago. En lo qual paresce cõtradezir a los mas physicos, mayormẽte a Dioscorides que dixo: que el queso fresco es bueno para el estomago. Y al Galeno en el 3. de alimẽtis, cap. 16. Pues dixeron. El queso fresco y sin sal que se dize oxigalactino, es el mejor de los q̃sos, porq̃ es muy deleytoso para el gusto, y no es dañoso al estomago, es mas facil de digestiõ, y presto para penetrar empero no es de mal xugo. Y ansi lo

Auic. 2. canõ c. 128.

Dioscorides.

Gal. 3. de alim.

dixo enel libro de euchimia,& cacochi mia. Todos los quesos son de mal nutrimento y xugo,sino los reziẽtes, por que no son de mal xugo enlos cuerpos calientes que bien lo digieren,y por en de no es conuenible a los frios. Pues boluiendo al proposito, el queso fresco sin sal,no es malo para el estomago aũque lo cõtrario dixo Auicena, antes es conuenible, cõ tal que el estomago no sea frio de complexion, o de humores que corran a el. La causa por la qual se mouio Auicena a dezir que era dañoso para el estomago, es porque penso que era frio y humido en tercero grado, en lo qual tambiẽ se engaño mouido por la mucha copia de suero q̃ tiene el tal queso fresco:por el qual es de mas nutrimento,y humedesce las tripas y estomago pues dixo Isac en la doctrina primera. El queso reziente es menos caliẽte y agudo que los de mas. Y por ende es cercano a ser frio y humedo en primer

Auic. 2.canõ c.128.

Isac. doct.1.

mer orden,y anſi ſe han de entēder todos los autores que dixeron que el queſo era frio y humido, como Auerroes en el quinto del colliget, e Almanſor en el tercero cap. 15. Finalmente, como lo dize Serapion. El queſo reziente ſin ſal quando ſe come es nutritiuo,y bueno para el eſtomago,y de buen ſabor,q̄ facilmēte paſſa a las venas y miēbros, acrecienta y engrueſſa la carne, ablāda el vientre templadamente: Empero ha ſe de tener obſeruancia que ſea verdaderamente reziente y no de muchos dias, porque el queſo que no tiene ſal muy preſto ſe buelue azedo: empero ay algunos phyſicos que dizen que el queſo freſco de poquita ſal, que es mas loable que no el por ſalar. De lo qual fue autor Iſac en ſus dietas vniuerſales cap. 18 Auicena en el ſegundo canon capitulo alegado, adonde dixo. El queſo ſalado no añejo es mas preſto de digeſtion q̄ el no ſalado, y deſciende mas

Auer. 5. colli. Raſ. ad Alm. 3. c. 15.

Iſaac di. uni. c. 18. Auic. 2. canō c. cod.

velozmente, y por ende no es tã daño so al estomago frio como el reziente, q̃ en ninguna manera tiene sal,y poresso se deue vsar mas que otro ningun queso. Empero deuemos đ guardar que no sea muy salado, porque se haze seco y muerde el estomago,y enciende la sangre. Pues luego, tengasse por conclusiõ que el queso rezientevn poco salado,es loable,como no tenga tãto de frialdad y humidad, quanto tiene el reziente q̃ no tiene sal,ni tãto de calor y sequedad como el salado absolutamẽte,y que no se coma sobre replecion,como lo quiso Hypocrates en el libro de *ratione victus in acutis*. Pues hablando del queso dixo. *pessimum est repletos ipsum inter potum edere.* Quiere dezir. Es cosa muy mala los q̃ estã llenos,comer el q̃so entre labeuida

Hypo. libr. de ratione victus acuto.

CAPITVLO 55. del queso fresco salado,y añejo.

Ansi

ANSI como es muy encomẽdado el queſo freſco a cerca de los antiguos:anſi ni mas ni menos por la mayor parte es deteſtado y abominado el queſo añejo, aunque no tenga ſal, y el queſo freſco ſalado, porq̃ el queſo añejo engendra humores grueſſos melancholicos y enciẽde la ſangre, porque es caliente y ſeco, y muy mas ſeco que caliẽte, y por ende ſe conuierte en humos cholericos por dos razones, v porq̃ ſe quedo en el cierta vntuoſidad y groſſura ſin ninguna humidad de ſuero, porque ſe conſumio por los muchos dias, e porque adquirio cierta agudez que reſquema por razon del quajo y de la ſal. Tiene tambien otro daño manifieſto; que engendra piedras en la vexiga y riñones, eſpecialmente ſi tras el ſe comen coſas diutericas y abridoras, y eſto no ſin cauſa ſufficiente. Porque como eñgẽdre grueſſos humores cõ calor

no pequeño, que son las causas principales de engẽdrar piedra, y los tales humores sean lleuados por las cosas abridoras ediureticas a los riñones y vexiga, siguese claramente que se engẽdrara piedra, o humores viscosos gruessos que detengan la orina, engendra mala sangre, es difficil de digestion, haze ardor de orina, y quanto mas fuere cercano a lo nueuo, tanto sera mejor, quanto mas remoto, tanto peor. En esto hã conuenido todos los physicos, especial Galeno en el tercero de alimentis, cap. 16. adonde dixo. El queso mucho tiempo guardado causa sequia y es peor de digestion, y de peor xugo que otro ninguno, porque el tal xugo es causador de piedra en los riñones. Pero de quantos meses se puede dezir añexo? no lo puedo hallar de ningun autor, sino que comunmẽte se dize añejo el queso que passa de seys meses, y dende seys meses en abaxo aun retiene nõbre de queso

Gal 3. de ali.

nueuo,

nueuo, ni más ni menos el queſo freſco ſalado es malo, porque como dize Iſac, el queſo que tiene mucha ſal, ſe haze ſeco, muerde el eſtomago, enciende la ſangre. Y Auicena enel ſegundo canon, capitulo. 128. El queſo ſalado es malo para el eſtomago, y por ende cauſa melancholia, la cauſa es porq̃ es ſalado: pues luego guardemonos anſi de lo añejo, como de lo nueuo ſalado en demaſia, porque ninguna coſa buena tienen, ni para la digeſtion, ni para la orina, ni para relaxar el vientre, ni para buen mantenimiento. Eſto dixo Haliabbas en el quinto de ſu theorica, eſto Auerroes en el quinto del colliget, eſto Raſis en el quinto ad Almanſorem, eſto Hypocrates en el libro de alimentis.

Aui. 2 canō. c. 128.

CAPITVLO

56. qual ſea mejor queſo.

SEGVN que he leydo, el queso que es medianero entre lo reziente y añejo, que se dize nueuo, es bueno y loable para la salud, y mientras mas se allegare a alguno de los extremos sera peor, como lo dixo Isac en las vniuersales, y particulares dietas, capi. proprio: y ansi dixo mas abaxo. El queso blãdo y molle es mejor que lo duro, y el espõgioso lleno d' ojos mejor que lo espeso. Finalmente, el queso que no es muy lẽto para partir, ni que muy presto se parte, sino q̃ es medio este es el mejor, y el que se haze de leche vn poco azeda, o azetosa, como lo dixo Auicena en el segundo canon. cap. 128, y Rasis en el lib. 21 de su contine. c. 203. Auerroes en el. 5. de su colliget. Empero entre las especies de los q̃sos, el mejor es el de la oueja q̃ dizẽ ouejuno, especialmente el q̃ se haze en Mayo, porq̃ en este tiẽpo es la leche mejor q̃ en otro nigun tiẽpo, y es mejor q̃ el queso de vacas, aunque este

Auic. 2. canõ c. 128. Auerroes. 5.

queso

queſo es mas grueſſo y de mas nutrimē
to. Empero lo ouejuno es mas ſuaue, y
de mejor olor. y ſabor, y mas conueni
ble al guſto. Aunque algunos buenos fi
ſtores de queſo dizē, que ſe haze vn que
ſo el mas ſuaue al guſto de quantos ay,
de dos partes de leche de ouejas, y vna
de leche de vacas. Empero el queſo de
cabras que vulgarmente ſe dize, cabru
no, es el peor de todos, no obſtāte que
ſe haga de mejor y mas tēplada leche.
La cauſa es, porque luego ſe deſeca de-
maſiado y ſe parte mas preſto: aunque
lo rezien hecho es loable, y de buen nu
trimento. Empero para mayor cumpli
miento deſta doctrina, tres reglas ſe de
uen poner para que ſe pueda comer el
queſo ſin que haga daño del pareſcer
delos autores. La primera regla, que no
ſe coma con coſas diureticas abridoras
como cō perexil, apio, hinojo, pimiēta,
o cō otras eſpecias, cō las quales y q̄ſo,
ſuelē hazer q̄ſadillas, o otros manjares
deſta

desta manera,porque las tales especias abridoras hazen yr el queso indigesto, antes de tiempo a los riñones,y vexiga a hazer piedras , y opilaciones en baço y higado , como lo dixo Auicena en el lugar acotado.La segunda regla es,que no se coma sino poca quantidad y no mucha,porque siẽdo en mucha, como adonde no se come otra cosa haze opilaciones en higado y baço , piedra en los riñones,humores gruessos y flematicos,como lo dixo Galeno en el libro de solutione continua. La tercera, que no se coma sino despues de cena, o comida,quiero dezir,despues dlos otros manjares, porque ansi conforta la boca del estomago y quita el hastio que suele quedar de la vntosidad y grossura de los manjares. Finalmente, como lo dize en el tercero ad Almansorem, es sello dl estomago,quita el asco delos manjares gruessos y vntuosos, y dizen que aprouecha para la cabeça.

Auic ibidem

Galen. libr. de solu. cõ tin.

Rasis ad Almã.

Cap.

CAPITVLO 57. que trata en comun de los peces y de sus daños, y prouechos.

SEGVN dixo Auerroes en el sexto de su colliget. La sangre que se engẽdia de los peces, es de muy presta corrupciõ, y por esso no es marauilla si de su continuo vso acaezcan muchas dolẽcias. La causa es como lo dize Haliabas e Ysac en sus particulares: porque son đ complexion fria, y mucho mas humida, por lo qual son aptos a se corrõper muy ayna. Y ansi dixo Auicena en el segundo canon, cap. 60: Todo pez es frio y humido. Y mas abaxo dixo. Engendra flema aguosa, relaxa los neruios, y no conuiene sino en estomago caliente en demasia, y la sangre que del se engendra en el cuerpo declina a sutileza. Pues luego tengamos por conclusion

Auic. 2. canõ. c. 64.

sion,q̃ como los peces sean frios y muy humidos,estan muy remotos de la bõdad de las carnes, y de su complexion. Por la qual no conuienẽ sino a estomagos calientes y secos, especialmente en tiempos y regiones calientes y que son muy dañosos para los hombres y humidos y muy carnosos,en especial alos que son de neruios mollificados y relaxados,como son los perlaticos en tiempo de inuierno, o en tierra humida y fria,porque naturalmente entonces enfrian el estomago. Pero conuienẽ a los q̃ tienẽ mucha colera, y a los q̃ viuẽ en tierras calientes,y a los que estan en el estio, multiplican la esperma, y consortan los miembros de la generacion, como lo dixo Rasis enel 22.de su continente,cap.423. Empero su nutrimento es poco, y desciende presto del estomago; lo qual se verifica de los peces del rio,porque los marinos tarde desciendẽ,y son faciles de digestion,y de passar

Rasis. 22.cõt. c.423.

sar

ſar por las venas, como lo dixo Iſac en ſus vniuerſales dietas, cap. 59. Finalmẽte ellos mantienen poco, y ſe deſmuelen muy preſto, y dã poca fuerça al cuerpo, engendran muchas ſuperfluydades y flemas y cauſan ſequia, y ſon difficiles de digeſtion.

Iſaac. di. uni. cap. 59

CAPITVLO 58. De los peces marinos.

COMO dize el Galeno en el tercero de alimentis, cap. 24. Y en el libro de euchimia & cacochimia. Los peces muertos, o fetidos de mal olor, ſon muy malos y deteſtables: tienen graue olor, y ſon de mal mantenimiẽto, y ſon al guſto inſuaues. Y por ende aqui no ay mas que tratar dellos, ſino de los viuos, y no ſolamente de qualeſquier viuos, ſino de los marinos. Porque los pe-

los peces son en tres differencias, vnos son marinos, otros son delos rios, otros de aguas mezcladas đ la mar y de rios, de los quales los marinos puros son los mejores. Tras estos vienen en bondad los que son de aguas de mar y de rio, y despues tras estos los de los rios. Agora no trataremos sino de los peces que puramente son marinos, y estos tambien son en dos differecias: porque vnos son đ alta mar criados en arenas y piedras, otros son de las orillas de la mar de junto a las riberas nacidos en aguas someras. Pues tengase por conclusion, que los peces marinos son los mejores de quantos ay, y de los marinos son los mejores los que nacen en alta mar, porq̃ estos son los de piedras y arenas, q̃ son los mas aprouados de todos: porque como se queden y anden entre piedras y arenas, son exercitados y de menos humidades y superfluydades, de mas que por ser marinos criados en aguas saladas,

das, por la tal sal se consume mucho de sus superfluydades y no son tã frios y humidos. Por esta razon como los de los rios, porende son mucho mejores, y mas gustosos, mas templados, y conue nibles a la naturaleza humana: engendran sangre templada, y abundãcia de esperma, no son de xugo guesso, sino antes subtil, y no descienden presto del estomago. Yansi lo dixeron Auerroes en el cõmentario de los canticos, cap. 28. Haliabbas en el quinto de su Theo. rica. c. 25. Y Auicena en el segundo canon. c. 550. E Isac en las vniuersales. c. 59. adõde dixo. Los peces marinos, son mas calidos y menos humidos, y menos viscosos: porque la salebrosidad de las aguas adonde habitan los calienta y corta y consume sus humidades, y grosseza, y por esso su gordura es menor que de los de mas. Y dixo mas adelante, que son de menos graue olor y faciles de digestion. Empero, que man-

Auer. sup. cã. c. 28. Halia. 5. theo. cap. 25. Auic. canõ. 2. c. 550. Isaac di. uni. c. 59.

tienen menos, y que presto se hazē san gre, y presto se desmuelen y deshazen, y se tardan mas en el estomago: y que con el contino mouimiento de las are- nas y piedras se hazen mas tiernos y mas blandos. Lo qual confirmo Galeno en el tercero de alimentis, capitulo 24. Empero los peces marinos de la agua de la mar somera que es mas cenagosa no son tales: por causa de la corrupcion de la tierra: y por la suziedad, e immundicie. Empero los peces criados en aguas mezcladas de rios y de mar, no son tales: aunque mejores que de aguas puras de rio. Esto dixo Galeno en el libro de Euchimia, & cachochimia, capitulo. 17. La razon es, porq̃ por la salebrosidad de las aguas marinas que se mezclan, se cō sume parte đ su humidad y su frialdad se tiempla.

Gal. 3. alimē. c. 24.

Galen. libr. de euchi.

Cap.

CAPITVLO

59. de los peces de los rios, y qua les sean los mejores.

LOS peces d̄los rios, como auemos dicho, en comparacion de los de la mar son malos y duros de digestion, y que presto deciendē del estomago, por que por razon de las aguas frias y humidas se hazē mas gruessos y mas gordos, y mas viscosos, aunque son de mas nutrimento. Empero los peces de los rios grandes que corren con grande, e impetuoso y contino fluxo, que estan apartados de las ciudades, son mucho mejores que los de mas peces de rios, porque con el tal impetu se exercitan mas y se sacuden de sus superfluydades, hazense con tal mouimiento mucho mas tiernos, y mas faciles de digestion, y de distribucion, en especial si se mueuen y andā sobre piedras,

Isac doct. 5. c. 59.

o ſobre arenas, porque en tal caſo ſerá como los de la mar, y aun mas bondad terná ſi ſon de rios ſomeros, que eſtan junto a tierra de aguas claras y liquidas: Porque como ſe ſacudan y golpeen en la tierra ſeran mas enxutos de humidades, y ſeran de carnes menos grueſſas: y por la claridad del agua ternan carne mas liſa y ſubtil, y de menos excremẽtos: mayormẽte ſi eſtã pueſtos hazia el viento Septentrional, que ſe dize Cierço, porque con el mouimiento de los tales viẽtos, la agua ſe mueue impetuoſamente, y la agua mouida rebuelue y ſacude a los peces, por dõde criã menos de viſcoſidades y ſuperfluydades, y ſe hazen mas tiernos y menos grueſſos: y porende ſon faciles de digeſtiõ. Por las cauſas contrarias ſerã peores, y de mas mal nutrimento. Primeramente, ſi ſon de rios que eſtan a par de ciudades, porq̃ como echen en ellos las ſuperfluydades y ſuziedades de las ciuda-

ciudades,hazense gruessos y viscosos,y porende difficultosamente se digieren y presto se passan del estomago. Lo segũdo,si son de rios pequeños,o de estãques y lagũas,cuyas aguas,o poco corren,o se estã quietas: porque como no se exerciten,sino que se esten en ocio y sossiego, hazense de mal sabor y olor: porque se hinchen de viscosidad y humidad,y de suziedad como no se sacudan: en especial si las tales aguas no tienen arenas ni piedras, sino cieno y lodo. Lo mismo se dira de los peces que estan muy hondos que no les toca el viento,o ya que les toque, estan opuestos al Austral,o abrego:porque como sea viẽto humido, hazelos muy llenos de humores, y atapales los poros. Por ende menos se traspiran, y como por esto se hagã mas humidos y mas viscosos,son peores de digerir, y engendran vnas flemas muy gruessas. Esto dixo el Galeno en el libro. 3. de alimẽtis.c.28.

Gal.3. de ali. cap.28.

Auic. 2. canõ c. 550. Esto Auicena en el segundo canon, capitulo. 550. Tengamos pues por conclusion, que los peces de los rios caudalosos de cõtino fluxo y corriẽte de aguas claras pedregosas y areniscas, someras oppuestas al Cierço apartadas de las ciudades, son los mejores, los cõtrarios son peores. Estos tales son los que conuienen a las complexiones calientes, y a los mancebos, y a los eticos, en tierras calientes y secas, y en los estios, a los contrarios son dañosos.

CAPITVLO

60. de los peces de las lagunas, y estanques.

MVCHO haze al caso para la bõdad de los peces, saber de q̃ aguas son, y de que se ha mantenido. Porque los peces de aguas claras corrientes, y que se apacientan de buenas yeruas y

de rayzes, son mejores. Los contrarios son malos: y por esso los peces de las la gunas, y estanques, y charcos son malos y abominables: porque como los ta les no se puedan mantener sino de cieno y barro, y suziedad: son de graue olor, de mal xugo, engendran muesso mantenimiento, deciendeu presto del estomago, son hediondos: y por esso no se deuen de comer. Al contrario seria si fuessen de aguas claras y no turbias, ni espessas, y que se mantuuiesse de rayzes y yeruas, y grano, porque serian de mejor mantenimiento y mas tierno, y no puede ser que en aguas detenidas y quietas aya tales peces: porque como no se mueue, de necessidad han de hazerse gruessos y turbios y henchirse de ouas, y de vescosidades. De las quales cosas, como se mantengã, los peces hã de ser de mal mãtenimiẽto, de mal xugo. Y ansi lo dixo Haliabbas en el quinto de su Theorica. c. 25. E Isac en los vniuersa-

Halia. 5. theo. c 25.

uersales, cap. acotadō, adonde dixo, que en los estanques la mucha viscosidad atapa los poros de los peces, porēde no se transpiran ni ventilan del viēto, y se hazen de carne medio podrida, y relaxada, y gruessa. Y dixo mas, que en los charcos, o estanques, o lagunas, adōde entran rios, y la mar esta lexos, se hazen mejores peces que en las lagunas cercanas a la mar adōde no entrā rios: porque entrando los rios en las tales lagunas, o estanques, lauanse los peces de sus superfluydades y sacudense mas. Empero como conosceremos de que pasto se mantienen los peces, digo que se conosceran, o por relacion de los pescadores, a los quales en este caso creeremos, o abriendoles las tripas y viendo lo que tienē de dētro. Lo qual dixo Auicena en el segundo canon, capitulo. 550.

Fasc. die. uni cap. eo.

Auic. 2. canō c. 550.

Cap.

CAPITVLO

62. De las condiciones de los pe ces si deuen ser grandes, o pequeños, o medianos, o gordos, o flacos.

LOS peces, ni deuen ser grandes, ni pequeños, sino moderados, ni magros, ni gordos, sino medianos, porque los chicos presto se corrompẽ, y presto se desmuelen y resueluen. Los grandes como seã gruessos, viscosos, tarde se digieren y presto abaxan del estomago. Los medianos entre grandes y pequeños son de carne loable, porque no son faciles de se corromper, y resoluer, ni son viscosos y gruessos demasiado para ser difficiles de digestion, como lo dixo Isac en el lugar acotado: ni deuẽ ser magros ni gruessos, sino medios, porque los magros son de poco mantenimiento, duros de digestion, de mal sabor.

los gruessos y gordos son por su vntuosidad duros de digestion, engendrã flema y sangre serosa, e ichores, abaxan presto del estomago. Pues luego seran medios que ni seã gruessos ni magros, sino en media manera, porque ansi seran de buen xugo, y faciles de digestiõ. Pero deuese notar segun Auicena enel.2.canõ.c.550. Que los peces de duras y firmes y tiessas carnes son mejores quando son pequeños, pero los q̃ de su naturaleza son de blandas carnes, y laxas, que dizen mollicias, son mejores quando son grãdes: porq̃ en los de carnes tiessas tiemplasse la sequedad de su complexion cõ la humidad de su edad tierna, en los muelles y laxos, quando son grandes la sequedad de su edad, cõ la humidad de su cõplexion. Y poresso dizen los physicos, q̃ en general los peces medianos, entre duros y laxos son los mejores, y q̃ los peces de rios grandes, q̃ son de carnes tiessas, duras, con visco-

Aui.2 canõ.c.550.

viſcoſidad ſon malos y no tales,como los q̃ dizen de piedras. Empero q̃ los q̃ fueren tieſſos,durc s,ſin viſcoſidad,ſon loables y buenos. Llamãſe tales los peces que preſto ſe parten y no hazen correa, porque no tienen mucha humidad ni ſuperfluydad. Tales ſon los peces llamados Carpas, Carpiones y Lucios que ſe dizen Buruietes, Doradillas, Scharos, Truchas, Reos, Bermejuelas, tambie͂ el Beſugo que ſe dize Belſuccus, y es el Pagrus, porque ſon faciles de partir,y no tienen demaſiada gordura. Por el contrario las Anguillas y las Tencas,o Tinchas, Lampreas,ſon d̃ mala carne,porq̃ ſonduras y viſcoſas,correoſas,difficiles d̃ partir. Anſi q̃ los peces medianos en grãdeza en groſſura,tieſos y no correoſos al partir ſon los mejores,cõmo lo dixo el Galeno en el.3.de alimentis c. 24. Y en lo de euchimia,cap.7. y Raſis y Auicena en el ſegundo canon,cap.550.

Gal.3. de ali. libr. de euchi.

Cap.

CAPITVLO 63. de los peces de eſcamas.

TODOS los peces que tienẽ eſcamas, ſon de mejor nutrimento que no, los que no las tienen, eſpecialmẽte los que las tienen mayores, y en mas quantidad, y los que viuẽ entre piedras y arenas. La razon es, porque todas ſus ſuperfluydades y humores aquoſos ſe van enel nutrimento y ſuſtãcia de eſcamas. Y anſi ſe quedan con poca humidad y ſuperfluydad: porende q̃dan mejores, y de mejor y facil digeſtion. Y ni mas ni menos, los peſcados de muchas eſquinas ſon mejores, por la miſma razon. Porẽde ſe ſigue, que como los peſcados de la mar ſean de mas eſquinas, y de muchas mas eſcamas, y mayores que los de los rios que ſon mejores, por q̃, como digo, ſus ſuperfluos humores ſe van en la ſuſtãcia de las eſcamas, como

Iſaac en las particulares. *Raſi. 4 aphp.*

vemos

vemos en los animales terreſtres, que tienen pelos y cuernos, pues la ſuperfluydad de la tercera digeſtion de los miembros ſe va en cuernos, y en pelos. Anſi ni mas ni menos ſe deue dzir dlos peſcados, mayormēte dlas colas, y la carne de jūto a las alas y eſpina de enmedio por el mouimiento cōtinuo, por el qual ſe purgan y euacuan ſus ſuperfluydades. Pues luego boluiendo a lo que antes deziamos: todo peſcado q̃ tiene eſcamas es mejor, mas ſabroſo, mas tierno, y ſolido, ſin viſcoſidad que otro ninguno, porque es de menos ſuperfluydad y humidad, como ſō los peſcados llamados Scardulas, Ereginas, Veſugos, Atunes, Sabalos. Empero las Anguillas, Lāpreas, y Tinchas, ſō peores, por no tener anſi eſcamas. Deuen tambien en el color ſer como plateados, porque los de color negro, o colorado, o los que tienen color de pauō, que tienen vnas māchas negras y amarillas:

rillas:

rillas, naturalmente se deuē huyr, porq̃ engendrã apostemas en los miembros interiores y punturas en las tripas, y opilaciones: engendran mala sangre. Por lo qual las ãguillas por su negrura se deuē desechar. Ansi dixo Galeno en el libro de euchimia. La anguilla no es buena en todo, aunque sea de buena agua, quãto mas si fuere de agua encenagada. Por la misma razõ son malos aunque no tanto los pulpos, xibias, como lo dixo Galeno en lo de alimentis cap. De popilõ & sepia.

CAPITVLO 64. Como se deuan preparar los peces. o pescados.

DE tres maneras se suelen preparar los peces, o assandose, o coziẽdose, o friendose, en comun los peces cozidos en agua son mejores, porque con el tal cozimiento, se lauan y quitan sus superfluydades y viscosidades, y se pene-

netran, y hazen mas tiernos y friables y mas faciles de digestion. Alomenos son conuenibles a las naturalezas caliẽtes y secas. Empero para las frias y humidades deuẽse dar cozidos en vino fuerte, con pimiẽta, agengibre, mostaza. A las humedas naturalezas, dense assados, e adobados con vinagre, pimiẽta, oregano. Alas secas, dense cozidos con sal, eneldo: ansi lo dixo Isac en las vniuersales. c. 61. Los peces fritos son peores de quantos ay. Porque no solamente se retienen su viscosidad. Empero adquierẽ mas por el azeyte adõde se friẽ, y por esso son peores que los que se preparan de otra manera: allende que en demasia reblandescen el vientre, aunque son mas conuenibles a los rezios de estomago. Empero los assados son de mas nutrimento y de mas tardo descenso. Lo contrario obran los peces cozidos, especial si se cuezen en vino con sal y puerros. Pues desta manera descien-

Isaac. di. uni. cap. 61.

descienden presto, y son de menos nutrimento. Esta es la mejor preparacion de los peces duros y no viscosos: porq̃ los viscosos primero que se cuezgan se deuen poner en rescoldo, como lo dixo Isac en sus particulares. Traēse por exẽplo las antiguallas Lampreas, que se dizen Lamprete, y las Morenas que se dizen Murenæ: y las Tinchas que se dizẽ Phycides en Griego, y en Latin Merulæ, las quales comunmẽte se dizẽ Merlos: entre los quales se cuentan tambiẽ los Tordos marinos, porq̃ ansi el Merlo, como el Tordo tienen las escamas verdes, pero el Merlo las tiene mas anchas, y segun Plinio anda entre las piedras. De los quales dize Ouidio. *Auratis Murena notis Merulæque virentes.* Empero los duros y no viscosos, son el Carpion, la Carpa, y de mejor nutrimento es el Carpion, porque la Carpa viue entre cieno. El Burujute que se dize Lucius. El Mero, que segũ algunos se dize

Mugil,

Mugil,y en Griego Cephalus: porque tienen gran cabeça, aunque no me determino que el Mero ſea el Mugil marino,digo marino, porque el Mugil comun,es el Albur de los rios,pareſce ſegun la deſcripcion de Rōdoleto en parte ſer eſpecie de Aſſello, en parte el Attilo,y no es deſemejante del Acipēſer,peſcado a cerca d'los antiguos muy preciado. Pero que ſea lo vno ; que ſea lo otro,el es muy preciado,de buē nutrimēto. El Eſcaro,Doradilla, que ſe dize Aurata,el Sollo que a cerca de algunos ſe dize Lupus, empero creeſe ſer el Silurus,y reputáſe por el Eſturion que es el Helope de Plinio. El Salmō,el Lēguado,que ſe dize Solea. La Oſtia que ſe dize Oſtrea, el Congrio que ſe dize Cōger,el Rodauayo que ſe dize Rombus,y el Salmonete que ſe dize Mullus la Coruina q̄ ſe dize Coracinus,el Eſpadartē que ſe dize Gladius, el Alcheq̄ ſe dize Scombrus,la Perca marina que

Q es de

es buen nutrimẽto. El Reo, el qual como algunos piẽsan, no es la Bermeja, porq̃ la Bermeja es vn pequeño pez, y el Reo es grãde y semeja a la trucha, y es đ mucha suauidad y de buẽ nutrimẽto. Delos mas trata Plinio en el.9.de su hystoria natural. Y hase đ aduertir, q̃ entre estos pescados ay differencias en su bõdad y malicia, porq̃ el Salmonete q̃ se dize Mullus, haze daño a los que tienen los neruios flacos y debiles y a los ojos. Y el Espadarte es mas duro de digestion y mas gruesso mucho que los de mas, por ser pez de mayor grãdeza que todos los dichos. Y por esso dixo Vrsino en su.11.elegia hablãdo del Salmonete, o mullo.

Quamuis per placeat neruis fert plurima dãna
Mullus, luminibus sæpe nocere solet.

Pero ãtes q̃ põgã a cozerse eñl caldero: primeramẽte cuezga la agua, o vino en elcaldero cõ sus especias y yeruas, ŷ đspues quãdo ya este hiruiendo la agua,

o vi-

o vino, ſe pongan los peces enel, porq̃ deſta manera ſe harã los peces mas ſabroſos, y mas digeſtibles y mejores: deuen ſer los peces rezien ſacados dela agua, y rezien muertos: porque de otra manera preſto ſe corrompen en el eſtomago.

CAPITVLO 65. de los peſcados ſalados, y galapagos, tortugas, caracoles.

LOS peces, o peſcados ſalados, ſegũ que cuenta Haliabbas en el quinto de ſu Theorica, ſon calientes y ſecos, por ende ſon cõuenibles en complexiones frias y humidas, empero en poca cãtidad, y comidos con coſas vntuoſas, y eſto por dos cauſas. La primera porque preſto deciendẽ del eſtomago y no hagã ſequia. La otra, porque no ſe cor-

rompan facilmente, tornandose en malos humores: y ansi seran conuenibles a los que tienen flemas y humidades. Empero malos a los melancholicos, y colericos adustos. Aunq̃ deuese notar, que de los pescados, los que fueren blãdos y molles, agora seã d̃ poco humor, agora de mucho, no seran buenos para salar, y si dellos algunos son para ello, estos serãn los blãdos dẽ poco humor. Quales son tambien los pescados, o peces viscosos de poco humor, pues son buenos para se salar: y en este lugar se puede desatar cierta contradiciõ de Galeno y Auicena, porque el Galeno enel tercero de alimentis, cap. 24. quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, los quales fuessen mas tiempo salados, empero Auicena en su segundo canõ, paresce dezir lo contrario, pues quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, que menos tiempo estuuiessen salados. La qual contradiciõ se salua desta

Gal. 3. de ali.

Auic. 2. canõ.

ſta manera. Que quando dixo aquello Galeno, entendiolo de los peces viſcoſos, y de tiernas carnes, d̄los quales yua tratando: y es verdad que eſtos ſon mejores quando eſtan ſalados de dias. Empero Auicena ſintio aqllo de los peces ſalados q̄ ſon duros, y eſtos miētras fuerē d̄ menos dias pueſtos en ſal ſon mejores, y mētras d̄ mas dias peores: porq̄ cōla ſal ſe parā mas duros, y mas ſecos. Eſto ſe pareſce ala clara d̄l libro acotado, cap 55. Y porende el Aſſello, q̄ en Griego ſe dize Onagro, y vulgarmente peſcado cecial de cordel, miētras mas ha que ſe ſalo mejor es. Lo miſmo ſe dira de la ſardina, que en latin ſe dize Halec o d̄la ſarda. Lo miſmo d̄l atū devn año llmaado en latin Pelamis. Lo miſmo del cueruo marino, y de la mielga que ſe dize Melica. La qual aunque es ventoſa, es de buen nutrimenro mejor que el tollo, el qual es de difficil digeſtion, y de mal mantenimiento. Tambien los

Salmones y el Sabalo, que se dize Laccia, y en Venecia Cupea, no Clupea, porque este es vn pez tan pequeño, que se mete viuo en el garguero del Esturion, o Solllo y le desangra, como lo dize Plinio en su. 9. dela natural hystoria. Y el bonillo y arenque, el qual se dize a cerca de algũos Mena. Pues todos estos quanto ha mas que se salaron, tãto son mejores. Digo en comparacion dellos, quãdo son rezien salados porqueclaro esta q̃ no tienen comparacion con los frescos sin sal. Empero el lobo marino, que se dize Phoca y el Delphino, Dragon, Vallena, y la Orca que es especie de Vallena, y viene salada de Bretaña, y el Attilo, y los atunes grandes, quanto mas ha que se salaron, tanto son peores. Pues al fin son de mal xugo, especial el Leõ y liebre marina, porque no carecen de ponçoña, porque si viuiẽdo dañan cõ el tacto; tãbien dañarã muertos. Deuese tãbiẽ notar, q̃ ansi los vnos como

como los otros, como seã salados, son malos, đ poco nutrimẽto, sino fuere por via đ medicina, pues cierto son buenos para cortar flema, para vomitar, y quãto mas viejos fuerẽ en su sal, tãto seran mas calientes y secos. Empero los mas loables son los q̃ se echã en escabeche q̃ tẽga buena parte đ vinagre, como lo dixo Rasis enel lib. 24. de su cõtin. c. 423. y enel. 3. de Almanso. cap. 16. Los Galapagos, Cangrejos, Tortugas, y todos los q̃ tienẽ escamas de la misma manera, aunq̃ son vn poco de su naturaleza salados, por lo qual relaxan el vientre, son juzgados por frios y humidos, porq̃ vemos q̃ son cõuenibles a los ptisicos y eticos, y a los q̃ tienẽ calẽturas de muchos dias. Su carne es difficil de digestiõ, dura, engẽdra flemas y gruessos humores, cõcilia sueño, y por esta causa tãbiẽ son juzgados por frios. Empero los Astacos q̃ se dizẽ Camarones marinos, y los cãgrejos, o galapagos marinos sõ

de menos frialdad y humidad, por las aguas saladas: y porẽde no son tan diffi ciles dẽ digestion. Finalmente son dañosos para el estomago y para sus tuni cas neruiosas, y por razon de su salebro sidad, relaxan el estomago, y mucho mas los marinos. Esto dixo Auicena en el segundo canon, cap. 151. Y Rasis en el libro. 22. de su continente, cap. 394. Y Haliabbas en el. 5. de su Theorica, cap. 25. adonde dixo. Toda carne de Cangrejos es en su sabor salada, y porende haze a la naturaleza correntia, y es dura de digestiõ, y el que dellos es de menos sabor salado es mas musculoso, y mas duro, y mas resistiente a la digestion. De los caracoles y xibias, y ranas y animalejos de conchas, poco se halla escripto entre los autores, y no se mas que dezir, sino que de parescer de Corona florida, son de poco mantenimiento y ruyn, y solo inuẽtados por mãjar de golosos, y no por via de sanidad, y por esso

Auic. 2. canõ c. 151. Rasis lib. 22. c. 394 Halia. 5. theo. c. 25.

esso ay dellos poco escripto. Aunque Galeno en lo de Euchimia dixo. *Ostreæ item buccinæ, purpuræ, crassi admodũ sunt succi. atque omnia denique, quæ dura texta integuntur. &c.* Quiere dezir, q̃ las Ostias animalicos de conchas, y las bozinas, y purpuras, son de gruesso xugo. Y finalmente todas las que se cubrẽ de cõchas. Empero el calamar, q̃ en latin se dize Loligo, y el Cerres, suele se comer crudo, empero es muy duro de digestiõ. Cozido, facil, y mejores las Ostias si son traydas del profundo đl mar, por q̃ estas son mas friables y tiernas y mas faciles de digestion. Las Someras son đ muy gruesso xugo, pero tienense por mejores quando se sacã en el crecimiẽto de la luna. Ansi lo dixo el poeta Vrsino, diziendo en sus elegias.

Galen. libr. de euchi.

Ostrea non damno ponto deducta profundo
Cum crescunt triuie lumina magna deæ.

Entre las quales se cuentan tambiẽ las Telinas, que llama Dioscorides, y vul-

garmẽte Almejas, el qual es vn mãjar ordinario en algunas partes, mueuen mucho a luxuria y son gustosas y suaues, aunque de poco alimento.

CAPITVLO

66. de las condiciones que se deuen guardar enel comer delos pescados, o peces.

OCHO reglas se deuẽ guardar en el comer de los peces, o pescados, porque no hagan daño. La primera, q̃ su comida no sea continua por el mantenimiento ruyn que tienẽ, y por los daños que acarrean. La segũda, que los peces q̃ se vuieren de comer, sean los mas escogidos, y mas loables, tales son los q̃ no fueren viscosos, ni muy gruessos, ni de mal olor, ni q̃ presto se corrompã, y que no sean tomados en lagunas y estãques, o en aguas de pozos, o adonde se echã suziedades, o en cieno, o en aguas en las

en las quales nacē malas yeruas, y que no ſean grādes en demaſia, ſino q̄ en todo ſeā medianos, q̄ tengan duras y tieſſas carnes, q̄ facilmente ſe partan, y que ſean de los q̄ tienē eſcamas de aquellos miembros que en ellos mas ſe exercitā y muegē como ſe ha platicado. Anſi lo dixo Raſis a Almanſor. La tercera, que en todas maneras nos guardemos de la leche delos peſcados, porque es muy mala y corrompe el manjar que eſta en el eſtomago, y en ella ſe podreſce facilmente. La quarta condicion, que nos guardemos de peces fritos y fiābres, en eſpecial ſi ſe han pueſto en lugar humido y lleno de agua, porq̄ acarrea malos accidentes, como lo dixo Raſis en el.8 de Almanſ. c. 27. pues ſuelen acarrear todos aquellos daños que ſuelen prouenir de comer hōgos. Los quales daños ſon ſquinancia, colica paſsiō, anguſtia, dificultad de reſuello, agonia, ſincopa ſudor, frio, y algunas vezes muerte repen-

Raſ.8. ad Almanſo. c 27.

Idem c.25. pentina, como lo dixo el mismo Rasis en el lugar acotado, cap.25. diziendo. Los peces se deuen comer calientes y no frios. La quinta condicion, que los peces assados, o fritos que se cubrẽ por que no se enfrien, son tambien muy dañosos, porque aquella exalacion y vapor detenido, acarrea vomito, fluxo de vientre, passion colerica, ascos, y aun algunas vezes matan, àlomenos hazẽ faltar el sentido por mas de vn dia. La sexta condicion. Los peces, o pescados no se comã despues de fuertes exercicios, porque facilmente se corromperan, y corromperã ansi mismo los buenos humores que hallaren en las venas, como *Auic. 3. pri. doct. 2. cap. 7* lo dixo Auicena en la tercera del primero, doctrina. 2. capit. 7. Y como lo dixo Galeno en el tercero de alimentis, cap. 29. La septima condicion, que no se coman cõ leche, porque acarrearan lepra y sarna, y otras enfermedades desta suerte, como lo dixo Auicena en el lugar *Auic. ibidem.* aco-

acotado. La octaua, que quando se comieren peces, o pescados que tuuieren hueuos, echen los hueuos, porque son vna comida de mucho peligro y daño. Especialmẽte nos deuenos guardar de los tales hueuos en el mes de Mayo, porque de comer baruos con los tales hueuos, se han visto muertes repentinas. Hanseuisto por esperiẽcia muchos que despues de los auer comido les hã venido agonias de muerte, y si algunos se han escapado, ha sido por vomitos y camaras, y echãdo tan maluados hueuos.

¶Fin del primero libro.

LIBRO SEgundo, de auiſo de ſanidad, que trata de las Ortalizas, Legumbres.

CAPITVLO primero, de la Ortaliza, y como las coſas de Ortaliza ſe deuan conoſcer en ſus calidades

COmo muchas vezes vſemos de Ortalizas, anſi en enſaladas, como enteras y cortadas, pareſciome poner algunas reglas, por las quales vengamos en noticia dellas, para ver las que ſon dañoſas, y las que ſon vtiles y prouechoſas.

ſas. Y porque eſto no ſe puede ſaber ſin q̃ primero conozcamos ſus calidades, ſera bueno poner algunas reglas para ſaber quales ortalizas ſean calientes, quales frias. Pues luego para conoſcer que ſon las qualidades que predominan en las tales ortalizas, diremos, que aquellas tienen mas calor, las quales pueſtas al olfacto echan de ſi vn olor bueno o agudo, como lo dixo Auicena en los Canticos, en el texto del Commẽto, ciento y veynte y dos. Adonde dixo, que ſe juzga qualquiera flor, o qualquiera coſa aromatica, por caliente en el olor agudo, exceptas eſtas cinco coſas, Atrayhan, Sauze, Nenufar, Roſas, Violetas, Sandalos, Alcanfor, Camphora, porque eſtas, aunque ſon oloroſas, ſon frias. Todas las de mas coſas oloroſas ſon calientes, y por eſſo dixo el miſmo, en el Canon ſegundo, capitulo tercero. No ay olores agudos ſino en ſuſtancia caliente, porque como lo dixo

Auic. in cãt. textu comm.

Auic. 2. canõ c. 3.

Gal. 4 de ſim. dixo Galeno en el quarto de ſimpliciū facultatibus. Ninguna coſa es de loar, ſi no la que es de ſuſtancia caliente, porq̃ por la mayor parte echa de ſi vapor mas que otra coſa alguna. Y poreſſo dixo Ariſtoteles enel. 12. de los Proble- *Ariſt. 12 pro. proble. 31.* mas, enel Problema. 31. El olor es cierto calor, y las coſas de buen olor ſon calientes, y porende liuianas, y por eſta via podremos conoſcer las coſas calientes y las frias: porque ſi las caliẽtes fueren oloroſas, las frias no ternā olor, alo menos que ſea agudo. La ſegunda via para conoſcer las qualidades, es por el guſto. Porque ſi la ortaliza fuere al guſto deſabrida, como es la lechuga, la calabaça, diremos cō oſadia ſer fria, pues *Galen. ibidem* como lo dize Galeno en el lugar acotado. Toda coſa de ſabor de agua es fria, pero ſi fuere dulce, es caliente y humida con ygual grado, como lo dixo Auicena en el ſegundo canon, cap. 3. Si fue- *Auic. 2. canō cap. 3.* re amarga, es caliente y ſeca en tercero grado.

grado, pero si fuere salada es caliente y seca en su segundo grado: pero si fuere de vn sabor agudo, o mordaz q̃ resquema como el ajo, e la pimienta es caliente y seca en quarto grado. Lo mismo diremos de las cosas frias, porque si fuerun azedas de sabor de vinagre, diremos q̃ son frias y secas en segundo grado: pero si fueren de sabor adstrigente austero, diremos que son frias y secas en tercero grado, pues luego por el olor y por el sabor vernemos en conoscimiẽto de la cõplexion de las ortalizas, aunque tambien por otras cosas se pueden conoscer, pero principalmente por el gusto y olfacto.

CAPITVLO

2. que las cosas de ortaliza no son buen mantenimiento, en especial si son siluestres.

Conoſcidas las calidades de las coſas de ortaliza facilmente podra cada vno ſaber qual genero de ortaliza le conuenga, e qual no, ſupueſto que el vſo continuo de ortaliza no es conuenible para la ſalud del cuerpo humano. antes por el contrario es malo, porque como dize Auerroes, enel quinto de ſu colliget, todas las yerbas de ſu naturaleza inclinan a engendrar humores melancolicos, excepto la lechuga, Borraja Lengua đ buey, eſcarola, achicoria, por loqual, como el dize, no conuiene por via de mantenimiento, ſino por via de medicina, para refreſcar. e humedeſcer en eſpecial en tiempo de eſtio en tierras caliẽtes. Como eñtiempo de inuierno coſas de ortaliza calientes, anſi lo dixo Auicena en la tercera del primero, doctrina ſegunda. cap. 7. adonde dixo, q̃ el conſeruador de la ſanidad eſtudie en no dar mantenimientos medicinales, como ſon coſas de ortaliza e fruta verde

Auer. 5. coll.

Auic. 3. pri. doct. 2 cap. 7.

de, e otras ansi, Porque si fueren de sub stancia subtil, engendran sangre subtil, e queman la, si fueran de suhstancia gruessa, engendran flema, e humores que agrauan la virtud. E tambien Galeno, enel libro de euchimia, adonde dize ningun genero de ortaliza es de buen mantenimiẽto. Loqual tambien aprouo enel libro de los alimentos capitulo treynta y ocho, adonde hablando de la lechuga dixo conuiene saber de todos los generos de ortaliza engendrarse poquita sangre, e de ruin mantenimiento, empero de la lechuga ni se engendra mucha ni mala sangre ni absolutamente loable. Empero haziendo comparacion de las ortalizas domesticas, que son las de los huertos o huertas, a las siluestres que nascen en los campos y montañas, emos de dezir con Isac en las vniuersales capi. 12, que las yeruas nascidas en lugares

Gal. lib. de euchi.

vmbrios e humidos son mas faciles de digestion, e mas faciles de penetrar por las venas, aunque por su mucha humidad son tardas de se assimilar a los miẽbros, engendran sangre subtil e aguosa ꝺ poco e no loable mantenimiẽto, Empero las yeruas sylueſtres son al contrario, porque son duras e difficiles de digestion, e de penetrar, pero son mas prestas para se assimilar a los miembros e de peor nutrimento o mantenimiento, y assi lo dixo el Galeno enel libro de euchimia, diziendo todas las ortalizas silueſtres son vltimadamente de mal xugo, y puso por exemplo la lechuga campesina, e de la misma manera son muy malas todas las rayzes de las ortalizas, e rauanos e ajos. Porloqual todo genero de ortaliza especial de la campesina se deue dexar porque es mala parala sanidad, loqual se deue entender por via de mantenimiento, quando queremos restaurar o reparar los miembros resolutos

Galen. libr. de euchi.

Iutos y dessustanciados, porque en tal caso serìá cosas de ortalizas dañosas de poco e mal mantenimiento, Otra cosa seria en tiempo de enfermedad, como si vuiesse fiebres, porque entonces por via de medicina conuernian lechugas, escarolas, achicorias, o frutas como granadas maçanas, o quādo por mucho calor quisiessemos refrescar, por el contrario en enfermedades, y disposiciones frias se deuria hazer.

CAPITVLO

Tercero de los grados de las medicinas adonde se trata de las azederas e apio, de sus daños e prouechos.

POrque muchas vezes emos hecho mencion de los grados de las medicinas, pues vnas son calientes, otras en primer grado, otras en segundo, otras en tercero, otras en quarto, aquella yer

xalis, en latin acerosa, esta es fria en primer grado, y seca en segundo, reprime la colera, estriñe el vientre, mata la sed, como lo dize Auicena enel segundo canon. cap. 4. e Rasis enel tercero ad almansorem capite decimo octauo, e porende conuiene al fluxo de vientre y dissenterias como lo dixo Diascorides, el Apio es caliente en primero grado y seco enel segundo, como lo dixo Auicena enel segundo canon capitulo cinquenta y seys. Esta yerua resuelue ventosidades, abre opilaciones, aplaca dolores, prouoca vrina e sudor, Empero por via de mantenimiento es mala yerba porque daña al estomago, mueue gota coral, incita a luxuria, haze apostemas, e pustulas en la cria o criatura que esta enel vientre, disminuye y mengua la leche que tiene la muger en las tetas, porque irrita a coito y luxuria, y tambien esto dixo

Auic. 2. canō c. 4.

Ras. 3. ad Almanso. c. 18.

Auic. 2. can. cap. 56

Rasis. 23. cōt. c. 608.

Isac en las particulares dietas, e Rasis enel tercero ad Almansorem cap.18. e Auicena enel lugar acotado, la razon porque causa gota coral e daña al estomago y a la madre es, como lo dize Isac, porque abre camino paraque los humores e superfluydades corran a la cabeça, e al estomago a la matriz. porlo qual se engañan los que dizen que conuiene al estomago, tiene empero virtud de dar buen olor ala boca.

Rasis
Auic.
ibidem

CAPITVLO

Quarto del Basilicum mayor e menor que se dize albahaca.

POrque algunos suelan echar albahaca en las ensaladas, tengo por bien de escreuir algo della, en quanto tengo entendido el basilicum mayor del qual aora tratamos, que en nuestro comun

hablar

hablar hespañol se dize albahaca, de las hojas anchas, es caliente en segũdo grado, e seca en primero, como lo dixo Isac por authoridad del mesue en las particulares, e Galeno en los libros de morbo et symtomate, pues dixo que el basilicon engendraua roxa colera, tiene facultad de mouer ventosidades e de engendrar leche, es de difficil digestion, e haze obscuridad en la vista, engendra sangre melancolica, como lo dixo Auicena. enel segundo canon. cap. 16. Empero el basiliscon menor, que se dize Ariofilaro es calięte e seco en segũdo grado, como lo dixo Auerroes enel. 5. de su colliget. cap. de rebus marinis, conuiene para el salto del coraçõ, abre las vias del celebro, alegra, vale contra almorranas e melancholia, como lo dixo Rasis enel libro. 22. de su continente. cap. 534. y enel tercero ad Almansor. cap. 18. dixo que el Albetarogi, que es el basilisco menor accarreaua dolor de cabeça, e q̃

Galen. libr de morbo & syn

Auer. 5. celli.

Rasis cõti. 22 c. 534.

deſeca la leche v eſperma, y dixo Serapion,que cõuenia para el eſtomago y higado frio y para el coraçon por via đ remedio,porque por via de nutrimento es malo,de mal mantenimiento,difficil de digeſtion,como lo dixo Raſis enel lugar acotado,porloqual no aconſejo a nadie le coma en enſaladas, ni por ſi.

CAPITVLO

Quinto de las acelgas, que ſe dizen betæ en latiñ.de las Borrajas lengua de buey.

SEgun Raſis cap.426.del.22.de ſu cõtinente, dos eſpecies ay de acelgas, vna cuyo verdor tira vn poco a negro, y eſta reſtriñe el vientre y otra cuya verdor tira a blanco,y eſta relaxa el viẽtre,la vna eſpecie,y la otra, es mala ſegun el miſmo, ſon calientes e ſecas,

en ſegũ

en segundo grado, aunque Auerroes enel quinto de su colliger, e Haliabas enel libro.5 de su theorica, dize, que en gendran humores gruessos viscosos e flematicos, e Galeno enel.2.de alimentis.cap.41.dixo que es mala para el estomago, e que relaxa el vientre por la virtud de sal que tiene, y que su mante nimiento es poco como de las otras or talizas, e que es mas apta que la malua para las opilationes, especial si se come con mostaza, y que es buena para los que tienen baço. La borraja e lengua de buey son buenos alimentos, segun Galeno enel sexto de simpli.facul.es ca liente e humeda en primero grado, e porende echada en vino, da alegria, e conuiene pa la tosse, conuiene a melan colia a tristeza, alegra el coraçon. Podemos vsar destas yeruas cõ seguridad en ensaladas, son sus virtudes tan conosci. das que no ay que tratar dellas.

Cap.

CAPITVLO

Sexto de las berças e ſu nutrimento

LAs berças ſon de tres maneras, vna verça es inuerniza q̃ tiene las hojas blãcas e apiñadas juntas vnas en cima de otras, y eſta ſe dize en Italia, capucio, otra es veraniega, laqual tiene las hojas apartadas e derramadas, ſueleſe llemar yanta; Otra ay redonda que ſe dize repollo, eſta es de eſtio, qualquier dellas es fria y ſeca, e porende engẽdra melancolia e humores grueſſos, e aunq̃ el repollo es mordaz e requema la ſangre, ẽpero la berça o llãta es mas mordaz e aguda, prouoca a vrina e relaxa el vientre ſi ſe cueze ſimplemente, empero cozida dos vezes o muy recozida, detiene camaras, la cauſa es porque ſe cõpone de dos ſubſtancias, de ſubſtancia ſubtil de fuego, laqual eſta en la parte interior

interior,e de ſuſtancia grueſſa e terreſtre laqual eſta en la parte ſuperficial de afuera,e porende coziendo ſe ſimple e moderadamente,como por la tal decoccion,no ſe reſueluan las partes ſubtiles de fuego,relaxa el vientre e mueue a vrina,empero coziendoſe. mucho o dos vezes, como ſe reſueluan e gaſten las partes ſubtiles e queden las grueſſas e terreſtres, eſtriñe el vientre e detiene camaras:e mientra mas ſe cueze, mas ſe haze eſtreñida. Finalmente qualquier genero de berça ſe due comer deſta manera,deueſe primero partir y deſpues ponerſe en agua muy calida e ſacarſe de ella e cozerſe con carne gorda de carnero y tocino pimiẽta culantro, cominos ajos,porque preparandoſe anſi ſe quita mucho de ſu malicia, como lo afirmo Auicena en ſu .2.cano.cap.143. diziendo el nutrimento de las coles es poco e mas humedo que el de las lantejas,y la ſangre que de ellas ſe engendra es mala empero

Auic. 2.canõ c.143.

Le caule tutte fa colera negra
El peto alarga le fa mal somniare,
El ventre moue le fa desembriare.

CAPITVLO

7. de la Endiuia, y de vna especie suya que se dize Achicoria, y escarola.

LA Endiuia, segũ dize Auerroes en el quinto de su colliget, es en dos maneras. Vna es domestica, y otra es campestre: esta es fria y seca, y llamase Achicoria, la domestica es tambiẽ fria, y mas humida, la domestica es tambiẽ en dos maneras, porq̃ vna es del inuierno, y otra es del estio. La del inuierno se dize Escarola, es fria en fin d̃l primer grado, y tãpoco seca, que dizẽ algunos que es humeda. Es la Escarola de poco amargor, y desabrida por el tiempo y frialdad, humidad q̃le causa el inuierno

quando

quando ſe cria, empero tiene vn poco de ſabor eſtiptico, por donde pareſce ſer ſeca, empero la endiuia domeſtica del eſtio tiene mas notable amargor, es fria y ſeca en primer grado aunq algo mas ſeca, e porende engendra peor ſangre Finalmente la endiuia domeſtica, que es la eſcarola, es mas fria e humida en comparacion de la ſilueſtre, y ſu amargor ſe haze mayor enel eſtio, y declina a vn poco de calor, tiene virtud de abrir opilaciones de higado e venas y de todos los miembros interiores, aplaca el feruor de la colera, conforta el eſtomago, y es vno de los remedios para el calor del eſtomago, e higado, y no es malo para la frialdad de eſtos miembros, como lo dize Galeno enel octauo de cõpoſicione ſecundum locos, Empero la endiuia campeſtre que ſe llama achicorea, es fria en primer grado, e ſeca en principio del ſegundo grado, tiene mas virtud para confortar el eſtomago que

Gal.8. de compoſiti. local,

no la

no la domestica Su çumo beuido tiene gran prerogatiua pàra la mordedura del alacran, y tambien ella majada y puesta encima de la mòrdedura, como lo dixo el Galeno., y como della escriuio Rasis en el.23.del conti.cap. 814.

Rasis 23. cōt. c. 814.

CAPITVLO 8. de la oruga y hinojo.

LA oruga, segun Haliabbas, es caliēte en tercero grado y humida en primero. Aunque segun sentencia de Isac en sus paaticulares, y Almansor enel tercero capitulo diez y ocho, es caliente en segundo, y humida en primero: engendra mucha esperma, e irrita a luxuria, haze dolor de la cabeça, prouoca orina, relaxa el vientre, leuanta ventosidad, es de tarda digestion, conuiene mas a los frios que a los calientes, haze

Rasis ad Almanso. c. 18.

erection en la verga, por lo qual el que quisiere tener acceso con muger coma la sola, y el que no coma la con lechugas, o achicoria, o escarola, alo menos coma estas ortalizas despues de la auer comido, como lo dixo el Gale. en el. 2. de alimen. cap. 50. e como lo dixo Almansor enel lugar acotado, lo mismo dixo Paulo Egineta, enel primer libro cap, de oleribus, adonde dize, *Eruca calida est genitale semen producit libidinem excitat, atq; eam doloris capitis speciem quam cephalæam vocant.* La causa porque excita coito y leuanta ventosidad, es porq̃ su calor es mayor, que su humedad. Finalmente, haze abundar la leche y da esperma. empero destruye la digestion, y aprieta el vientre. El hinojo y el apio, y la oruga son de mal nutrimento, a lo menos el hinojo, si se come mucho del porque aunque es verdad que abre las opilaciones del higado e baço e venas e prouoca vrina, y haze abundar la leche

Gal. 2. de alim. Paul. egine. li pri.

che y aclara la viſta,empero engendra
poca ſangre y ſutiliza la demaſiadamẽ
te haze colera roxa. Y ſi mucho mas ſe
vſa,colera aduſta,y finalmente por ſu
continuo vſo reſoluiendo lo ſubtil del
humor.dexalo mas craſſo, e grueſſo y
acoſtumbrandolo anſi, engendra pie-
dra en riñones y vexiga,la cauſa es por
que lleua los humores grueſſos y viſco-
ſos,e indigeſtos a los riñones e venas
vreteras,e vexiga,e aunque de ſuyo es
prouocatiuo de vrina, caſualmente, y
de per accidens es cauſa de piedra por
lleuar conſigo el xugo grueſſo a las ta
les partes,y con ſu calor reſoluiendo
lo ſubtil y dexãdo lo mas grueſſo , eſto
dixo el Galeno en el libro de ſolutione
conti.es caliente en tercero grado,y ſe
co en ſegundo,ſegũ que lo dixo Auer
roes enel quinto de ſu colliget.

Auer. ſ.colli.

Capi-

CAPITVLO 9. de las lechugas.

SI ENTRE las ortalizas ay cosa d̄ buen nutrimento, y aprouada. Es la lechuga, la qual es fria y humida en el principio del segundo grado, como lo dixo Auerroes enel quinto de su colliget: aunque Haliabbas enel quinto de su Theorica, y Auicena enel segundo canon, cap. 452. Dixeron que era fria y humida enlo postrero del segundo grado, Y ansi lo quiso sentir Paulo Egineta enel primer libro, cap, 74. Engēdra mas loable sangre q̄ otra ninguna ortaliza, como lo significo Auicena enel lugar acotado. A dōde dixo, que la lechuga cozida, o por lauar, es la mejor, porque quando se laua adquiere vna ventosidad como todas las de mas ortalizas frias, quando se lauan, y que ansi la

cozida,

cozida,como la por lauar:cōcilia sueño quita las viglias, conuiene al ardor del sol, a la alienacion del juyzio, quita la ictericia y el ardor del estomago,y por esso dixo Isac.Son loables las lechugas en hazer buena sangre, porque engendran vna sangre cercana a la natural mejor que todas las de mas yeruas, ansi en quantidad como en qualidad, y si no se laua con agua es mejor: porque la agua la añade humidad,digerese presto, prouoca orina, aplaca las vascas,ò acrimonias del estomago: las quales prouienen de colera, quita el dolor de cabeça que prouiene đ colera,es mejor cozida que cruda,acresciēta la leche en quantidad y qualidad por la buena sangre que engendra. Pero quando ya la lechuga tiene leche,y se ha parado dura y estitica,hazese amarga y abridora, engendra mala sangre: y por ende haze obscuridad enlos ojos,disminuye la esperma, debilita el calor natural, co-

mo lo dixo Rasis enel, 3. de almansor, y Galeno enel segundo de alimentis. cap. 38. en fin debilita la vista, enfria el cuerpo, y hazele perezoso, daña a los intestinos, quita el apetito de la luxuria porende se deue vsar con moderacion, e no de contino aora sea la lechuga sin leche aora ya de leche.

Rasis 3. alman. Gal. 2. de ali.

CAPITVLO

10. de la melissa, que vulgarmente se llama torongil, e de la menta, que se llama yerua buena.

LA melissa o torongil segun dize Herculano enel capitulo de melan colia sobre el letificante de Alman sor, es caliente e seca enel segundo grado y ayuda a la digestion, quita el singulto o sollippo, da buen olor a la boca, conforta el coraçon incita el ape tito

Herc. lan cap de melā

tito, cõuiene a todas las enfermedades de flema, e melancolia, quita las ventosidades, porloqual muy bien se puede echar en ensaladas, especialmente en las de lechugas, escarolas e de las mas yeruas frias, la menta quasi tiene las mismas virtudes de confortar el estomago, de mouer el apetito, irrita a luxuria, corrige la putrefaction đ los humores: tiene austeridad, e aromaticidad, e porende es muy buena para confortar, e segun auicena enel segundo canon, cap. 496, es de su naturaleza caliente e seca, en segundo grado, porloqual como dize Serapion, se come bien iuntamente con los manjares.

Auic. 2. canõ c. 496

CAPITVLO onze del Mastuerço, Perexil e verdolaga, Mostaza.

Serapp

El maſtuerço, ſegun algunos, es caliente y ſeco en quarto grado. Lo qual dixeron por ſu acrimonia y mordicacion deſmedida. Empero, deueſe creer con Auicena en el ſegundo canõ cap. 510. q̃ es caliente y ſeco haſta el tercero grado: alimpia los pulmones, conuiene al aſma y a la groſſeza del baço, Empero por la vehemencia de ſu mordicacion es dañoſo para el eſtomago: aunque haga y mueua el appetito, aumenta la luxria, y vale para muchas enfermedades, reſuelue las ventoſidades: empero detiene la digeſtion, y da dolor de cabeça por los humores que leuãta con ſu exceſsiuo calor, tiene fuerça de expeller lombrizes, como lo affirmo Raſis enel 23. de ſu continente. Dexeſe para los flematicos, para las mugeres frios en tiempo de inuierno. Pero guardenſe del los calientes de higado, y los colericos, en eſpecial en tiempo d̃ calor, porque les mouera inflamacion

Auic. 2. canõ. c. 510.

Raſ. 23 contin.

y calen

y calentura,como claramẽte se vee, tomandose indicio de su complexion. El perexil tiene la misma propriedad que el apio, porque es vna de sus especies, y por esso no ay que dezir del, sino q̃ como dize Auicena en el segundo canon cap. 549. e Isac en sus particulares: es caliente y seco en fin del tercero grado, y porende es diuretico, prouoca orina y sudores, incita la sangre mẽstrual detenida, resuelue ventosidades, mundifica el higado y madre, abre sus opilaciones y cura sus apostemas. Empero no se deue comer por via de manjar, porque es difficil de digestion y de mal xugo, suelese hazer d̃l salsa cõ vinagre y miga d̃ pan para mouer el appetito de los que no pueden comer las carnes gruessas, empero deuese echar en poca cãtidad, porque no lleue los manjares indigestos por las venas, sino solamẽte en cãtidad que pueda mouer al gusto. Finalmente, como lo dize Paulo.. El apio y

Paulus lib. 1. c. de oleribus.

sus especies,el mastuerço la aluahaca, que el llama ocimo,la mostaza, son calientes e secas e mordaces, en especial el mastuerço,son difficiles de digestion e parael estomago desconuenibles,e d mal xugo,la verdolaga,segun que dize Auerroes enel 5. de su colliget,es fria e humida,fria en tercero grado y humida enel segundo,laqual aunque como lo dize Auicena enel 2.canō.c.538.por via de nutrimēto lo tiene poco y no lo able,empero por via de medicina resiste a la colera,conuiene a la inflamaciō del estomago, e del higado, detiene el vomito de colera,desminuye el apetito y quita el desseo del coito. Finalmēte como lo dize el Galeno enel segundo de alimentis.cap.44,La verdolaga en quanto manjar es de poco alimento. y esse q̄ tiene, es humido e viscoso e frio sana la dentera,ansi que por razō de su intensa frialdad se deue mezclar cō ortalizas calientes,como con cebollas, e puerros

Auer. 5.coll.

Auic. 2.can. ca 538

Gal. 2. de alim

e puerros,y en ninguna manera se coma sola,sin estas cosas. La mostaza como lo dize Auicena enel 2. canon cap 678.es caliente e seca hasta en quarto grado,e porende adelgaza la flema,cōuiene al dolor de las jūturas,e a la sciatica,alimpia las humedades de la cabeça,beuiendose con agua miel quita la antigua aspereza de la caña de los pulmones,d͂shaze el baço. mueue sequia, irrita a luxuria,especial si se toma en ayunas con vino,tambiē haze muy buē estomago,e porende cōuiene mas por via de remedio medicinal, que no por mātenimiēto. Empero suelesehazer cō ella y miel y vinagre y miga de pā cierta salsa,q̃ se dize mostaza, para comer carnes gruessas e difficiles de digestiō como son las de vacas, porque adelgaza e corta su grossura, e mueue el apetito,quita la malicia de la gordura de las carnes,esus ascos ayuda a la segunda digestion,haze yr los manjares al lugar de la digestion.

Auic. 2. can. can.cap 678.

CAPITVLO 12. de las espinacas y esparragos.

LAS espinacas, segun que he leydo son templadas en calor y frialdad, aunque humidas en segũdo grado. Anſi lo dixo Haliabbas en el quinto de ſu theorica, e Auicena enel ſegundo canõ cap. 599. y Auerroes en el quinto de ſu colliget, ſon buenas y templadas, valen mucho para pecho, eſtomago y higado, humedeſcen el vientre, tienen virtud de alimpiar y de lauar, y ſegun Raſis en el. 22. de ſu continente, ſon frias y humidas en primer grado: por lo q̃l ablandan el pecho y el vientre. Y ſegũ Auicena en la quarta del primero: c. 1. ſon de mucha cantidad de humor, pero de poco nutrimento. Lo miſmo ſe deue dezir de los armuelles, que ſe dizen atriplices. Y de los bledos, como lo dixo

Halia. theo. Auic. 2. canõ. c. 159. Auer. 5. colli. Auic. 4. p. c. 1.

dixo Paulo Egineta en el lugar acotado. Los esparragos, como lo dixo Auerroes enel quinto de su colliget, y Galeno en el.6.de Simplicium facultatibus son templados, aunque declinan vn poco a calor. Lo qual se parece por vn poco de amargor que tienen, pero quitase el amargor con el cozimiento: tienen virtud especialmente su simiēte y rayz de quitar opilaciones de riñones, y si fueren soteños son mas tēplados que los siluestres, que llamā hormigueros, y porende engendran esperma, son cōuenibles para el estomago, prouocan orina. Pero el siluestre, es mas caliente y seco, y cuela mas presto, Finalmente, como lo dize el Galeno en el segundo de alimentis. Aprouamos los esparragos por via de remedio medicinal, pero no por via de mantenimiento, porque si alguno tienen es poco y no de buen xugo, empero cozidos y preparados con vinagre, azeyte y sal, son muy bue-

Auer. 6. sim.

Gal. 2 de ali.

buenos para el estomago, y muy deley tosos al gusto.

CAPITVLO 13. de las rayzes de las yeruas, adonde se declaran sus facultades e del ajo e çebollas.

EL Galeno enel segundo libro de alimentorum facultatibus reprehendio a Menditeo, porque dixo, que todas las rayzes de las yeruas eran indigestibles y perturbatiuas e llenas de humidades indigestas, porque como las hojas y ramas se sustenten de las humedades que estan en las rayzes, necessariamente a de auer en ellas mucha copia de humedades indigestas e crudas, e por ende son por la mayor parte de mal nutrimento, e corruptible por

loqual

loqual el Galeno no tuuo mucha razõ de reprehender al Menesitheo, e no basta dezir, que la humidad que es a trayda a las Rayzes se va toda en nu trimento de las hojas e ramas, e que por esso las rayzes no seran malas por razon de las tales humedades, pues se consumen en las hojas, e ramas, como en los cieruos se van sus superfluydades enel nutrimento de los cuernos, porque como siempre las hojas y ramas de las yeruas se sustenten del humor de las rayzes, necessariamente a de auer humor superfluo e indigesto en ellas, por loqual seran de mantenimiento vituperable por la mayor parte, ansi se saca del mismo Galeno enel libro de attenuante victu, adonde dixo en vna palabra, vniuersalmente las rayzes de las yeruas ser muy sospechosas por ser indigestibles, e que por esso no se deuen tomar por via de mantenimiẽto, sino por via đ remedio

Galen. lib. de attenuãte vict.

medi

medicinal, excepto sino fuessen las rayzes caliẽtes, como ajos y cebollas, porq̃ como sean tan calidas, no admitten las superfluas humidades, tanto como las de mas rayzes. Y pues hezimos mencion de los ajos, dezimos cõ Auicena en el segũdo canon, cap. 75. que son calientes y secos dende el tercero grado, hasta el quarto, y que por via de mantenimiento no conuienen, en especial a los calientes de complexion, porque dañan a la vista, desecãdo sus tunicas, dan dolor de cabeça, encienden la colera, turbã la vista, dañan los oydos, y los pulmones, y las renes. Y si a caso ay alguna dolencia antigua en los miẽbros, resucitan la, clarifican la boz, aplacan la tosse antigua, pero valen contra ventosidad, contra el oluido, contra la alma, aprouechan al baço, y al dolor de los hijares quando viene dẽ frio, alançan lombrizes, multiplicã la esperma, mueuen a luxuria. Y dixo Galeno, que no causan

Auic. 2. canõ. c. 75.

Galen. 2. met. c. 18.

causá sequia,como la çebolla dañá alas almoranas,altenasmō al fluxo đ vientre alas secas,e lamparones, a los eticos,a las preñadas,a las que crian,empero a prouechā mucho si se comen de parte de ynuierno,porque calientan las frial dades,cortan los humores gruessos e viscosos,por el contrario son malos en tiempo de estio, porque hazen en las tripas vnos dolores mordaces,Esto dixo Rasis enel continente. lib. 21. cap. 180. Por authoridad de Hipocrates enel libro de ptisana.e por authoridad del Galeno,enel 6.de las Epidemias.

Gal.12. methe. cap.8.

Rasis. lib. 21. cont c: 180.

CAPITVLO 14. de las çebollas.

E Leydo que las çebollas ascalonias son las mejores de todas, empero, porque no vienen a nuestras partes,no

ay paraque tratar dellas,ſino de las que comunmente tenemos, entrelaſquales las que fueren coloradas e dulces ſon mejores para el eſtomago, pero las q̃ requemau,digeren mejor la comida, e multiplican ſu mantenimiento, aunq̃ no es bueno ni loable,eſpecial ſi ſõ crudas,e quando no ſe digeren, hinchan e hazen viento,e ſon pungitiuas,e poren de mueuan a luxuria. Empero ſu mucho e frequente vſo daña a los nieruos porloqual ſe deuen preparar,como lo dize el Galeno encl ſegundo de alimentis, de eſta manera, hazerlas cozer dos vezes, e deuen ſe comer con vinagre, azeyte e ſal, e anſi ſe paran mas guſtoſas, e hinchan menos, mantienen mas,ſon mas faciles de digeſtion, multiplican eſperma, e hazen prõptos a la luxuria y tambien mueuen apetito, empero ſon difficiles de digeſtion e de mal nutrimento,como lo dixo el Galeno encl ſexto de ſimplicium

Gal. 2. de ali-

plicium virtutibus, adonde dixo, que engendran humor gruesso e viscoso, duro de digestion, porque puesto caso que son calientes e secas en quarto grado, como lo dixo Haliabas enel quinto de su theorica, tienen empero vna humidad superflua, e ventosidad, conlaqual irritan a luxuria, Empero Auicena enel segũdo canon capite 123. dixo que eran calientes en tercero, con vna humedad superflua, e dixo mas que la çebolla mas larga, es mas acre, e la colorada mas q̃ la blanca, y la seca mas que la verde, e la cruda mas que la assada, es vna de las cosas que hazen soda, que es dolor de cabeça, e sueño profundo, e empecen al entendimiento, porque con su calor leuantan los vapores e humores gruessos al celebro adõde hazẽ e causan suber, e segun claramente escriuio Rasis enel tercero libro ad Almansorem engendran flema y humores gruessos,

Auic. 2. canõ c. 123.

e quando ſe digeren, prouocan ſueño, e iritan a vrinar En fin dize enel 25. del continente.cap.1.que las çebollas ſean de poca acrimonia,e que primero ſe lauen con agua y ſal,e deſpues con vinagre fuerte,y aſsi ceſſara ſu acrimonia, Deſpues đ las auer comido,ſe deue comer de vn pepino o cohombro, porq̃ por ellos ſe prohibe e detiene que ſu vapor calido ſuba a la cabeça.

Raſ. 3. ad Almanſo.

CAPITVLO

15. de los nabos e çanahorias.

ALmanſor en ſu libro tercero. cap. 17.e Haliabas enel.5.de ſu theorica dixeron,que los nabos eran calientes e humidos,aunque cauſan hinchimiento d ventoſidad,e groſeza de humores,e por eſſo mantienen mucho, acreſcientan la eſperma,prouocan vrina

na ablandā el pecho e garganta aſpera calientan los riñones e bexiga,porque tienen virtud de penetrar e adelgazar, tienen admirable propriedad de clarifi car la viſta,como lo dize Auerroes.5. colliget,ay dos eſpecies, vno es nabo largo,otro nabo redondo, que ſe dizē en latin,Rapa ſegun Galeno enel ſegū do de alimentis,mejor es el largo por que ayuda mas al pecho, empero ambos ſon de grueſſo xugo,aunque el nabo redondo mantiene mas e tiene mas ventoſidad,e por eſſo incita a luxuria. Pero ſi ſe cueze dos vezes, hazeſe mediano mantenimiento,pierde ſu ventoſidad,alomenos gran parte della, haze ſe mas digeſtible, empero ſi no ſe cueze mas que vna vez,engendra muchas ventoſidades, haze opilacion en las venas.Pues luego deue cozerſe en dos aguas,y en la ſegunda agua echen ſe eſpecias calientes,y hazerſe a anſi de buen mantenimiento,en eſpecial ſi ſe

Auer. 5. lli.co

Galen. 2. de ali

cueze con carnes gruessas, como lo dixo Rasis por autoridad de Galeno, en el veynte y dos de su continente, capitulo. 445. E como lo dixo Paulo en su primero libro capitulo de radicibus, a donde dixo. *Bunias quidem, aut rapa, si bis coquantur non minus reliquis oleribus alunt.*

Rasis 22. cõtin. cap 445.

Paul. lib. 1.

De las çanahorias, que en en latin se dizen, pastinace, dezimos con Paulo en el lugar acotado, que mantienen menos que no los nabos, y que son calientes y aromaticas, y que incitã a orinar, empero vsando mal dellas, quiere dezir, por via de alimento, y comida, son difficiles de digestion, engendran humores viciosos, segun la razon comun de todas las de mas rayzes. Esto dixo Paulo. Pero dize Rasis por autoridad del Dioscorides, en el veynte y vno de su continente, que la çanahoria es calięte y humeda en segundo grado, y que tiene agudeza, y mueue humor, y sangre mẽstrual, prouoca a luxuria, e hincha,

Paulo. ibidem.

Ras. 21 contin.

cha,y haze viento. Pero como aya otra especie que es çanahoria syluestre, esta no hincha, y tiene las demas virtudes que la de regadio, y es de mejor nutrimento, empero deuese lauar dos vezes, ansi la vna como la otra son đ mal nutrimento, de menor que el đ los nabos de difficil digestion, en cõserua de miel se haze mas calida y menos ventosa y de poca humidad, tiene mayor virtud de engendrar esperma, e irritar a luxuria, como lo dixo tambien Haliab bas enel quinto de su theorica, e Isac en sus particulares.

CAPITVLO 16. de los Rauanos e puerros.

EL Rauano ſegun que eſcriuio Gale no a Paterniano, ſi ſe come en ayunas por via de preſeruacion, o antidoto, es gran ſocorro para conſeruacion de la ſanidad e para defenſa del cuerpo empero hincha e cauſa regueldos hidiondos, e porende no ſe deue tomar ſino por via de remedio medicinal en poca cantidad, empero no por via de mantenimiento, porque de eſta manera engendra en las tripas torſiones, ventoſidades, es vituperable para el eſtomago, loqual ſe pareſce por el regueldo fetido que engendra, dixeron algunos que ayuda a la digeſtion, pero como el no ſe digera, mal hara digerir los otros manjares, aunque ſi eſta cozido es de mas nutrimento que quando eſta crudo, ſu mantenimiento es poco y flematico, es facil de ſecorrõper, multiplica piojos, daña a la cabeça e a los diẽtes e paladar, y a los ojos, aunque ſi ſu agua ſe deſtila ſobre ellos, los alimpia,

omido

comido antes de los manjares los haze nadar, porque los alça enel estomago, e los detiene que no desciendan al lugar de la digestion, e porende es causa de vomito, en especial si ay enel estomago ventosidad, empero comido despues de los manjares, no haze tanta ventosidad, desciēde abaxo por su grauedad, haze yr los manjares al hondon del estomago, que es el lugar de la digestion, e digete se deuidamente, e por ende conforta la segunda digestiō, Por loqual los que quisieren vomitar deuē le tomar primero que ningun manjar e los que quieren confortar la segunda e tercera digestion, deuen le comer despues de los manjares, porque allende que con su gruesso xugo, haze ir el mā jar abaxo con su calor ayuda e conforta la digestion, pues segun Auerroes enel. 5. del colliger, e Haliabas enel 5. de su theorica, es caliente en tercero grado ē seco en segundo, agraua la cabeça,

Auer. 5. colli. Halia. 5. theo.

empero clarifica la voz,como lo dixo Auerroes enel lugar accotado prouoca vrina,e despues de los manjares, ablanda el vientre, pues luego deuen se comer por via de nutrimento, despues de los manjares,como lo dixo Galeno enel libro de attenuante victu, por via de medicina,antes de los manjares esto dixeron Rasis enel tercero ad almansorem. capitulo 18. e Isac en las particulares, Haliabbas enel .5. de su theorica,e Auicena enel segundo canō cap.576.El puerro segun Auicena enel segūdo canon cap.544. es caliente en tercero grado e seco en segundo, aunque el que no es de regadio,es mas caliente e seco e porende es peor que el de los huertos, tiene virtud de matar las lombrizes, alançar las,pero da dolor de cabeça, haze ymaginar e ver sueños malos, corrompe las enzias, e los dientes, daña a la uista, es malo para el estomago,es ventoso, empero

Rasis.3 ad Almansorem cap.18.

Auic. 2. can. c.576.

Auic. 2. can. c.544

co

cozido en dos aguas, pierde todos e-
ſtos daños,y no es ventoſo, quita los
regueldos azedos o las azedias, del e-
ſtomago. Finalmente prouoca vrina,
e la ſangre menſtrual detenida apro
uecha para las almoranas comiendo-
le.cozido,o puniendole majado enci-
ma dellas por via de emplaſtro irrita
la luxuria,tiene cierta ſtipticidad por
laqual detiene el fluxo de ſangre de
las narizes, y finalmente, quando ſe
toma por via de manjar es inutil,
daña al eſtomago,e a los nieruos por
ſu requemazon,tambien engendra v-
na fumoſidad negrr a manera de me
lancholia,e porende haze y engendra
ſueños muy eſpantoſos, y daña a los
maniacos,e por eſſo ſe deuen comer
luego tras el vnas verdolagas o, le-
chugas o achicorias por que ſe tiemple
ſu calor e acrimonia empero comien-
do ſe crudo alimpia las arterias de

de rue-

de gruessos humores, abren las opilaciones del higado, su çumo mezclado con azeyte rosado,y enciensó, detiene la sangre de narizes,mojado crudo puesto sobre mordedura de Biuora o đ serpiente,aprouecha mucho,empero cozido e mezclado con azeyte de alegria e de almendras,incita a luxuria, humedesce el vientre,vale contra la passion colica,de gruessos humores. Finalmente cozido con miel alimpia los pulmones e su caña enpeçe a la vexiga vlcerada vsando del mucho,se escuresce la uista,y se daña el estomago, esto dixo Rasis enel tercero al Almansor.cap.12. y enel 22. del continente. cap. 684. e Isac en sus particulares.

Rasis,3 ad Almanso. c.12. & 20. conti. c.684

CAPITVLO

17.del Cardo de comer,e de la Alcarchofa.

Algu

ALgunos a auido que confunden el cardo comun que comemos, con el cardo q̃ lleua las alcarchofas, empero muy a la clara ſe engañan, porque el Cardo comun que comemos, es aquel alqual aſsi Griegos como Latinos llaman Scolimos, e al cardo de las Alcarchoſas llaman en el vno idioma, y enel otro Cinara, por el color de ceniza que tiene, parefce ſe claramente ſer nueſtro comun cardo, el ſcolimos, y no el llamado, Cinara, porque Paulo agineta, hablando del enel primero libro cap. de las ortalizas, dixo que el cardo ſcolimos e otras yeruas eſpinoſas aprouechauan al eſtomago, excepta la cinara Lo miſmo dixo Aetio hablando del ſcolimo, e đ la Cinara. Finalmente cõuinieron en eſto, que el cardo llamado Scolimo, era conuenible e grato al eſtomago, y que la cinara le offendia, y el miſmo Paulo enel lib. 7. dixo, q̃ el cardo llamado Scolimos, era caliente e ſe-

ſe-

co,en fegundo grado,e que cozido en vino mouia liberalmente las vrinas hidiondas, e qne emendaua el mal olor de los fobacos,e de todo el cuer po,y enel primer libro, que la Cinara era dura de digeftion,e de malino xu go, Porloqual como nueftro cardo de comer fea grato al gufto, conueniblé al eftomago,y al higado,e riñones fa- cil de digeftion, e incite el apetito, e fea de loable mantenimiento, e abra toda fuerte de opilacion e prouoque a vrina,hallamos fer el cardo llamado fcolimos, E como por el contrario veamos que la alcarchofa engendra mal humor,e corruptible, e altera el higado,e caufa efcoriacion de riñones aprieta el paladar y la lengua, es con- traria a los pulmones e garganta aũ que quaja la leche,como la flor de los mafcardos,hallamos que es la Cinara laqual es caliente e feca en tercero gra do. Finalmente el cardo de comer

prouo

prouoca vrina, e porque es vn poco ventoso, juntamente con ser caliente, irrita a luxuria, tiene sustancia terrestre, e por esso tiene sabor estiptico, haze la lengua aspera, e daña a los pulmones, e pecho especialmente su cima, que es mas aspera e dura de digestion e mas ventosa. Empero todos estos vicios se quitan coziendole, e hazese de mas loable mantenimiento. Empero comiendo se sobre los otros manjares los haze d̄ssendir presto al lugar d̄ la digestion, e los ayuda a digerir, lo vno por su xugo acerbo, y estiptico e guesso, e lo otro por su calor e sequedad.

CAPITVLO 18 De las semillas e legumbres que son para comer.

Las le-

LAS Legunbres,o ſemillas que ſon para comer,no deuen ſer muy nueuas ni muy viejas, ſino que ſean algo viejas,porque las legumbres nueuas, quiero dezir de ſeys meſes atras, ſon grueſſas e viſcoſas, duras de digeſtion, empero ſi vna vez ſe digeren dan mucho nutrimento, e no ſe diſueluen ni deſmuelen facilmente de los miẽbros, ni tampoco deuen ſer muy viejas,quiero dezir de vn año o mas,porque entõces ſe a conſumido ſu humidad. Loql claramente ſe pareſce quando echadas en la agua,no ſe reblandeſcen e hinchã ſino que aunq̃ mucho ſe detengan en ella,ſe eſtan duras como de antes,e aun que las tales legumbres ſean nueuas, ſi tampoco ſe reblandeſcen en la agua ſino que ſe eſtan de la miſma manera duras,es ſeñal que ſon malas, porque ſe da a entender que tienen vn humor grueſſo e tenaz,alqual no pudo ſu virtud domar ni digerir.Loqual pocas ve

zes

zes acaescio en las legumbres nueuas, sino en las reuegidas, porque les falto su humidad natural, pero en las legumbres medias entre las nueuas y las viejas que an passado de seys o siete meses, es otra cosa, por que tales legũbres son de mejor nutrimento, que otras algunas, e son mas faciles de digestion, e no son rebeldes para se desmoler e disoluer đ los miembros, son mas idoneas para la conseruacion de la sanidad, que no para confortar los miembros, e echadas a remojar a cozer en agua se hinchan e relentescen, por que esta es vna prueua cierta e vniuersal en todas las semillas e legũbres, Ansi lo dixo Galeno en el libro de euchimia et cacochimia, a donde dixo, que todos los frutos o legumbres, o semillas secas, que se comen, si echadas en agua por espacio de tiempo no se hinchan, e no se paran blã das, si no que se tienen su primera dureza, son las peores de todas ansi en indi

Galen. lib. de euchim

cio como en digestiõ, Empero las que se an al cõtrario son los mejores, pues luego aquellas semillas o legumbres que echadas en agua, o cozidas, facil mente se relentescen, e no son de mal sabor, ni de mal olor, son las mejores, las que faltan en alguna destas condiciones son las peores.

CAPITVLO 19 de la naturaleza de los garuanços en quanto toca a manteni miento.

LOs garuanços, segun Auicena, tie nen dos substancias las quales se differencian e apartan, quando se cue zen, la vna es nitrosa o salada, con la qual ablanda e mueue a camara, la otra es dulce cõ la qual incita a vrina, e por ende ay entre los phisicos contiẽda so-

bre sus qualidades,porq̃ Auerroes enel *Auer.* 5.de su colliget dixo,que eran tẽpladamente calientes e humedos,e Rasis en *5.colli.* el continente lib.12.por authoridad del *Rasi.* hijo de Mesue,dixo, eran calientes en *lib. 12.* segũdo grado e humedos en la mitad *conti.* del primero. Empero Auicena en el lugar acotado,cõuiene asaber,enel segũdo canon cap,132.dixo,que el garuã ço era caliente e seco,y que el negro era de mas fortaleza,y tambien haliabbas dixo,que el garuanço era caliente *hali.5.* e seco,empero q̃ tenia cierta humedad *theorica* e vẽtosidad, por la qual cria esperma, *cap.15.* incita a luxuria,e haze leche Para cõcordãcia đ estos authores se đue đzir,q̃ como el garuãço tẽga dos substãcias segũ q̃ emos dicho por la substãcia đ sal q̃ tiene,es caliẽte e seco,ẽpero por la substãcia aerea e dulce q̃ tiene es caliente e humido,e ãsi se deue de dezir,e declarar, E por esso dixo Haliabbas enel.5. de su theorica que era caliente e seco

empero que alcançaua vna humedad accidental e ſuperflua, Finalmẽte elgar uanço para ſer bueno no a de ſer reſziẽ te, por que engendra mucha ſuperfluy dad, ſino como đ ſeys meſes poco mas tiene mucho nutrimẽto, e mas que las hauas es duro de digeſtion, ſi primero no eſta infundido en agua es vẽ toſo e hincha haze buen color en el cuero, y eſto por que aguza el calor natural, e porende haze vn ſpiritu ventoſo que cauſa luzio eterſo el cuero, e mueue a luxuria e haze en el cuerpo, de la manera que la leuadura en la maſa, por que anſi como la leuadura dilata e haze creſcer la maſſa, anſi el garuāço comido dilata, e hincha la carne, e la carne anſi hincha da, hinche y en llen a mas el cuero, por donde ſe haze mas hermo ſura en el roſtro, es vn mantenimiento bueno para reparar e reſtaurar los pulmões, mueue camara, e vrina, a limpia el cuerpo, quiebra la piedra en los ri

ñones

ñones por q̃ es abridor, e desopila mucho, irrita a luxuria, por tres causas, cõviẽe a saber, por su calor e humedad, itẽ por suvẽtosidad, itẽ por su mucho nutrimento, Todas estas cosas obra con mayor efficacia el garuanço prieto, empero aunque sea de mucho nutrimento no es loable, Ansi lo dixo el Galeno en el libro de euchimia, y en el libro de attenuante victu, Rasis e Auicena e Auerroes en los lugares acotados.

CAPITVLO 20. de las hauas e sus propriedades e nutrimento.

Segun que dize el Galeno en el libro de euchimia & cacochimia, las hauas no serian de mal nutrimento sino fuessen ventosas, por que es tanta su vẽtosidad que por ningun correctiuo se puede

Gal. li. de atte nu.

puede quitar del todo, e ansi dixo el mismo en los cométos de victu in acutis, que aunque se cuegã las hauas tres dias no perderá su vẽtosidad Por lo qual se paresce ser de su natural complexió e porende dixo Auenzoar en el therisit, q aunq en todas las demas semillas se quite la vẽtosidad por cozimiẽto en solas las hauas no a lugar, por q aũq mas se cuegan no la perderan, empero ya que del todo no la pierdan, pueden perder buena parte de ella, especialmente si se cuezen conpimienta, sal, oregano, tomillo salsero, o si se frien, o si se cuezẽ muchas vezes e sin corteza, por q en la corteza ay gran parte de vẽtosidad, son ventosas como digo, engendrã gruessos humores, e melancholicos, hazẽ daño al celebro, por q causan sueños horribles, e temerosos, son como leuadura de las comidas que estan en el estomago, porque las fermenta e haze crecer son tẽpladas en calor e frialdad, Empero

Auen.

ro las que no son verdes enxugan e desecan declinan vnpoco a calor segũ Auerroes en el.5.de su colliger, Pero segun Auicena en el segũdo canon cap. 245.declinã a frialdad, ẽpero tienẽ vna humedad e no poca superflua, especialmẽte las verdes, porq̃ estas son frias e humedas, ansi lo dixo Galeno en el lib. de atenuante victu, engẽdrã flema gruessa, acrecientan dolor de cabeça, e imaginaciones a los que tienen la imaginatiua estrasada, ẽpero las verdes sõ mas vẽtosas, engendrã humores crudos, aumẽtan flema en las tripas, y estomago e mucha ventosidad, empero las secas, tienen menos ventosidad, e segun los mas phisicos, tiran a frias empero segun Paulo en el libro.1. capitulo setenta y nueue paresce que quiere sean calientes, pues dixo. *Fabæ lenes sunt inflãt, & abstergunt, atq. egiptia faba calidior est nostra & superfluitatis mutas relinquit*

Galen. lib de attenu. victu.

Paulu lib. 1. ca. 29.

dize que las hauas sō blandas e hinchā e alimpiā, e que la haua egipcia, es mas calida que la nuestra, y que engendra muchas super fluydades, Finalmente sō malas para los que son tentados de colica ventosa, o para los que padescē ruptura, son de difficil digestion e tardas de descendir, cozidas e majadas puestas por enplastro, y maduran apostemas y si se cuezen con sus caxcaras en vinagre, sonbuenas para camaras de sangre e vomito, e dize se, que si las gallinas se apascientan de ellas se les quiebran los hueuos en el cuerpo. las mejores son las mas luengas e no redondas, e las q̄ no estan horadadas, e las que son secas e no verdes como lo dixo Auicena en el lugar acotado.

CAPITVLO 20, de las lentejas e sus daños en via de manjar.

Sobre la conplexion de la lenteja he visto varias e diuersas opiniões, por que Hipocrates enel sexto de sus epidemias. La colloco entre los mantenimiē tos mas frios que ay. Diziendo. *frigidissimus cibus lens milium, cucurbita*, e Haliabas en el quinto de su theorica dixo la lenteja, es fria en segundo grado, e seca en el tercero, Galeno empero en el sexto de las epidemias comentario .5. sobre Hipocrates e n el texto acotado, dixo, que la lēteja era de diuersas substancias, conuiene a saber, de substā cia de tierra, e por ende enfria e deseca e por esta qualidad, aprieta, e constipa; es tambien de substancia que ablanda e relaxa el viẽntre, que es contraria a la primera, lo qual haze por la substancia de fuego que tiene, prueualo por q̃ puesta por via de emplastro en alguna apostema, tiene virtud de repeller o repercutir, lo qual haze con frialdad, tiene virtud đ madurar lo qual no pudria

Hippo. 6. epid.

Gale. ibidem com. 5.

hazer

hazer ſino con calor,Porende conclu
ye, que ni ſepuede dezir abſolutamẽ-
te fria,ni abſolutamente caliẽte,e dixo
que a quel texto no era de Hipocrates
ſino de otro,a eſta opiniõ pareſcio alle
garſe Auicena en el ſegundo canõ cap.
449.e truxo ay la opinion del Galeno
tãbien pareſce q̃ ſe allego a eſta Auerro
es enel.5.de ſu colliget,pues dixo, q̃ las
lentejas erã templadas en calor e ſecas,
e tambien Iſac en las particulares,pues
dixo,que bien mirada la naturaleza d̃la
lenteja era compueſta, de dos con-
trarias qualidades La vna eſtaua
en la corteza,e la otra dentro en elme-
ollo,e que ſegun la corteza tiene agu-
dez y era calida,e por eſto relaxaua el
vientre , e que ſe gun el meollo de
dentro era contirpatiua, adſtrigente ,
conforatiua de eſtomago ,e tripas e
que porende valle a las camaras diarre
as e de colera,Finalmente como lo di-
ze Paulo capitulo ſetenta y nueue es

Paulus lib. 8.c. 79.

de

de mal mantenimiento causa melan-
cholia aprieta el vientre, especial si se
cueze dos vezes, épero q su cozimiẽto
cõ azeyte y vinagre y sal q̃ se dize Ga-
ro o oxigaro a p̃r de los latinos e Grie
gos, relaxa el viẽtre mitiga la inflama
cion de la sangre, empero de tal mane-
ra la espesa q la haze que no corra por
las venas, causa sueños malos, engen
dra mania, que es locura vehemente,
causada de colera adusta, causa cancer
lepra, elefantiasi, haze daño ala vista, es
cureciẽdola, e a los nieruos, por su d̃ma
siada exiccaciõ, causa opilaciones en hi
gado y baço yq̃ venas, aprieta el, viẽtre
hinche de vẽtosidades, es mala para
el estomago, difficil de digestiõ, e mu
cho peor si se come cõ su corteza, co
mo lo dixo Hippocrates ẽ el libro d̃ vi
ctu acutorum diziendo, *lens adstringit & turbationẽ inducit si cũ cortice sumantur*
quiere dezir, q̃ si la lẽteja se come cõ su
corteza haze perturbaciõ enel sentido
e aprieta por que hinche el celebro

Hippo. lib. de victu. acuto.

de vn humo gruesso, e melancolico, es mas dañosa que ninguna semilla, de tiene el ordinario de las mugeres, en grossando su sangre, e apretando las venas detiene la vrina, priua del appetito de coito. Esto dixo Auerroes en el lugar a cotado, esto Auicena, e, Isac, e Paulo en los lugares allegados, y Rasis en el 22. de su cõtinente cap. 509. Empero la q̃ se vuiere de comer en defecto de mã jares, o en enfermedades de sangre, pues dizen algunos phisicos que en ellas conuiene, se deue escoger la que fuere bien madura blanca ancha, la qual si cayere en agua no la tiña, deuen se echar a una medida de lantejas nueue de agua, e cozer se mucho, como lo quiso Auicena en el lugar allegado; e deuẽ se cozer quitada la corteza, y deuen gastar dos aguas, de suerte que primero cuega vna agua, y verter aquella y echar otra de nueuo, e ansi se ponen mejores e mas faciles de digestiõ, en es-

pecial si seguisan con vinagre, oregano pimiẽta, yerua buena, cominos, azeyte de almendras, o de alegria, como lo qui so el author de la corona florida.

CAPITVLO
21. de la ceuada e ordiate e como se de-ua hazer e preparar.

LA ceuada, segun Auicena en el segundo canon cap. 534. es fria e seca en primer grado, lo mismo dixo Isac en sus particulares, aũ que Haliabas en el. 5. de su theorica dixo, que era fria en primer grado e seca en segundo, pero cierto es que no viene en tanta sequedad, Paulo Aegineta en su primer libro cap. 78. dixo. que tenia virtud de refrescar, e mundificar, e que hecha ptisana, q̃ quiere dezir ordiate, humedesce empero tostada y hecha harina deseca, es muy

Paul. lib. 1. ca. 78.

mundificatiua, e cuela ligeramente, e su nutrimento es menor q̃ el d̃l trigo, e su agua resfria e humedesce, e por ende conuiene en febres, o calenturas, nudre e mantiene mas natural mente que no las hauas, ni el arroz aunque accidentalmente mas mantienen las hauas, y el arroz, como lo quiso Ruffo, La razon es, porque como la ceuada tenga mas de meollo, y de sustancia natural e no superflua ni ventosa, mas manterna que el arroz, y q̃las hauas, en quanto es de si, pero porque se digere presto, e facilmente, e se disuelue presto de los miembros, e ligera mente cuela, por esso es de menor nutrimento que las hauas, e arroz, por que estas legumbres se detienen mas enel estomago e cuelan tarde e difficultosamente se desmuelem delos miembros, e por esta razon se dizen que accidentalmente mantienen mas, Es la ceuada vn poco ventosa, e porende

dixo

dixo Rasis e Almansor en el tercero capitulo,2. que offendia a los que suelen padescer ventosidades, o enfermedades frias, e colica pasion, e que conuenia alos que padescian por calor, a los que querian desminuir sus carnes por ser gordos, haze se de ella a quel excelente cibo medicinal que Hippocrates llama, ptysana, y nos otros ordiate, tã celebrado del Hippocrates en el libro que intitulo de vitu acutorũ, e del Galeno en los libros de euchimia & cachochimia, y en los libros de simpliciũ facultatibus, adõde ensalçarõ sobre todas las semillas el ordiate para ẽfermedades agudas, dela qual dixeron, q̃ para ser perfecta auia de ser viscosa, lisa, apiñada, o junta, ygual, e molle o blanda deleznabie, de vna humedad templada en comun ansi para sanos como para enfermos se deue preparar de esta manera. Deue se la ceuada de remojar muy bien, e despues refregarse, hasta que

Hippo. lib. de victu. acuto. Galen. lib de euchi, & de simp.

que se quite la corteza, y luego a vna parte de ceuada se eché diez de agua e cuega todo hasta que se quede en vna parte de diez, e despues cuelese e de se abeuer, vale esta beuida mucho para conseruar la sanidad, e para refrescar e humedescer el cuerpo, e si quisieremos refrescar mas, añadamos vn poco de vinagre, e si el que lo vuiere de tomar fuere de complexion muy caliente, añada vn poco de simiente de adormideras blancas, este ordiate es muy sano para el celebro, clarifica la vista, engendra muy perfecta sangre, e mãtiene tãto como qualquier pan, suele se cozer tambien con rayzes de hinojo, e apio, e otras rayzes diureticas, para los que tienen opilaciones, e si quisieremos juntamente refrescar e relaxar el vientre, echese con el vn poco de mana o dexaraue de nueue infusiões o de violetas, q̃ es mas delicado, segun Paulo, a vna parte de ceuada añaden quinze de agua, e

vn poco de azeyte e despues de heruir, vn poco de vinagre, Empero despues de perfectamẽte cozido e colado, echa vn poco de sal muy molida, e Galeno añade puerro, y eneldo, empero la primera es mas vsual, segun la communidad de los phisicos.

CAPITVLO 22. de las Aruejas, en quanto al mantenimiento.

LAs Aruejas que en latin se dizen Pisa, segun el Galeno, tienen alguna semejança con las hauas, empero no son tan ventosas, ni tienen virtud d mundificar como ellas, e porende son mas tardas de digerir que las hauas. Los aruejones, que se dizen Robeliæ, son menores que las aruejas, e no diffieren en otra cosa, porque assi la vna semilla, como la otra, son frias e secas, y

engendran mala ſangre y dañan a los nieruos, e ſon ventoſas, como lo dixo Raſis enel .3 de Almanſor. Empero cozidas pierden la ventoſidad e parte de ſu malicia, eſpecialmente ſi ſe mondan de ſu corteza, porque entonces engendran loable mantenimiento. conuienen en eſtio, y en lugares calientes, ſu cozimiento anſi como el de la haua, vale para la toſſe e romadizo, e dolor de pecho E ſi fueren cozidas con çeuada, o cõ bledos, valen contra calenturas de colera y ſangre, eſpecial ſi añaden verdolagas, e çumo de Granadas agradulces.

Raſis 3 ad alm

CAPITVLO 23. Del Arroz, en quanto cibo.

EL Arroz, alqual los Barbaros llamã Riſum, e los Latinos Oriza, Segum Auerroes, es templado en calor e frio, como lo dixo enel .5. de ſu colliget cap. de Ciceribus, lo miſmo quiſo Raſis enel .3, ad Almanſor. cap. 2, Empero dixe-

Auer. 5 colli.

xeron, que era ſeco, e Auicena enel 2. canon, cap. 569. Dixo el Arroz es caliente e ſeco; y ſu ſequedad es mas manifieſta que ſu calor, e poreſſo dixo Iſac en ſus particulares dietas, que era caliente en primer grado e ſeco en ſegundo, ſegun Paulo en ſu primer libro. ca. 78. Es difficil de digeſtion, mantiene poco y aprieta el vientre empero ſegun Auicena enel lugar allegado, es de mucho mantenimiento, e ſi ſe cueze con leche, e azeyte de almendras, da mayor nutrimento e mejor, e quitaſele ſu ſequedad, e aſtricion, en eſpecial ſi la noche paſſada a eſtado en remojo de agua de Saluados, acreſcienta la eſperma, con la agua de ſu cozimiento ſe quita la ſarna, e comezon, e ſe alimpia el cuero, vale contra los que tienen enel eſtomago e tripas vaſcas, e torſiones. Cozido entero ſin partir vale para las camaras llamadas diarrhæas e colericas, es dañoſo pa los q̃ ſon tentados de colica e no deſciende del eſtomago facilmente, ſino es que

Aui. c. 2. cano. c. 569.

Paul. lib. 1. c. 78.

ſe aya cozido con alguna coſa vntuoſa, como con leche comun,o de almēdras en eſpecial,ſi deſpues ſe hecha açucar, enciende a los que ſon de complexion colericos,e calientes e porende ſe deue mas ſeguramente dar a los que ſon frios. Eſto dixo Auicena enel lugar allegado,e Raſis e Iſac,e Auerroes, e Galeno enel octauo de alimentis,Empero para q̃ mantenga bien deue primero lauarſe e eſtar en remojo,e deſpues cozerſe cō leche. Anſi lo quiſierō todos los Sabios phiſicos.

LIBRO TERcero de Auiso de sanidad, Que trata de las frutas.

CAPITVLO

Primero de las frutas, e que no se deuen comer por razon de su poco nutrimento.

PORQVE del mucho vso de comer frutas suelen los hombres venir en agudas y mortales enfermedades, dando se a ellas desmoderadamente e sin freno, tégo por bien en este tratado dezir, por authoridad de doctos varones, quampoco e malo sea su mantenimiento, e quando conuengan comerse, e de que manera, e a quienes dañan, e porq̃ no

viuimos para comer, ſino que comemos para viuir, e no podemos viuir ſin que nueſtro cuerpo ſe repare, e reſtaure de lo q̃ d̃ ſu ſubſtancia ſea reſoluido, e perdido, pues de otra manera nueſtro humido radical ſe agotaria, e gaſtariá del calor natural y exterior, y porende nueſtra vida ſe abreuiaria. Y como la tal reparacion e reſtauracion ſe aya de hazer con buenos mantenimientos, e d̃ mucho nutrimento, e los generos de fruta no ſean tales, Pues como dize Galeno enel .2. de alimentis, vniuerſalmente conuiene ſaber que todos los fructos dan humido e delgado mantenimiento fluxible, que preſto ſe diſtribuye por todo el cuerpo, e preſto ſe diſsuelue, e Iſac en las vniuerſales. cap. 26. Todas las frutas mantienen poco, e ſon de mal nutrimento. Siguese que con ellas no ſe podra reparar ni reſtaurar lo que ſe diſolvio, pues requiere que en ſu lugar, ſe reponga mantenimiento, no fluxible, e correntio, como el de las frutas, ſino ſolido

Gal. 2 de ali.

Iſac. dietarũ. vniuer ca. 26.

lido e maciço,e bueno.E porẽđ dixo Rasis enel.6.a Almãſor.Las ortalizas e frutas enllenã el viẽtre cõ poco mãtenimiento,y engendrã enel cuerpo crudos, e malos humores,y enel lib.25.de ſu cõti. dixo,breue ſera la vida đ aquel q̃ ſe mãtiene đ mãjares de poca ſubſtancia, como ſon los đ ortalizas,e đ frutas de corteza dura. Anſiq̃ como las frutas ſeã de poco mantenimiẽto e ruin,no puedẽ ſino engẽdrar poca ſangre,e ruin humor porq̃ como dize S.Hieronimo ſobre el Euãgeliſta Matheo.*Neque enim fieri poteſt vt ex malo bonum,aut ex bono oriatur malum.* No puede ſer que đ lo malo nazca bueno,ni de lo bueno,malo.:E porende no podra ſer q̃ de las frutas ſe haga buena ſangre,ni buen humor, digo tomandolas por via de comida,e ſuſtento principal,porque de comerlas anſi,ſe ſeguirã(como dixe)no pequeñas,antes muy peligroſas enfermedades,e porende ſõ ſabios los q̃ vſan dellas poco, e mas ſabios los q̃ muy poquitas vezes,e ſapientiſsimos los q̃ nũca vſaren dellas.

Raſis 6 ad alſorem & 25 contin.

Hiero. ſuper Math.

CAPITVLO

2. como las frutas no se deuen comer por razon de su particular nutrimento e de algunos notables.

DIximos arriba, que las frutas no se deuan comer por via de mantenimiento, lo vno porque el que tienen es poco, porque son tiernas y blandas prestas para se dissoluer de los miembros, lo otro, porque es malo, la causa de su malicia es, porque son faciles de se corromper e pudrir. Porloqual aunque las tales frutas sean de mucho nutrimento por razon de su malicia se deuen desechar, porque traen a los hombres en fiebres y en otras dolencias, y enfermedades diuersas, e por esso dixo Rasis enel libro. 25 de su continente, cap. 1. Digo que la mayor parte de las frutas, es para vso de medicinas, e porende su frequente e continua comida, corrōpe la sangre, e ansi Auicena en la tercera del primero

Auic. 3. pri. doct. 2. cap 7.

mero,doctrina.2 cap.7. dixo de ellas, los que vsaren mucho de tales manteni mientos,conuiene a saber de frutas,son prestos y aparejados para caer en calenturas,y en la primera del quarto tratado segũdo,ca.44,dixo,la mucha aguosidad de la sangre causada de comida đ frutas aguosas, haze putrefaction enel cuerpo,e por el mismo caso la muchedumbre de humor crudo prepara a calenturas e corrupcion,qual es el humor que se engendra de cohumbros y Pepinos,e Peras e de sus semejantes. E por esso dixo Isac en la doctrina.5. cap. 26. Todas las frutas engendran mal mante nimiento,porque quando se digeren la sangre que de ellas se haze esta muy propinqua a putrefaction,dedonde pro uiene,que las frutas hinchan e engendran gruesso humor,e si no se digeren, se bueluen en mala qualidad, en especial si se comen despues del manjar, como son las frutas que el Galeno enel. 2. de alimentis,nombra horarias,que son las

Galen. 2. de alimen.

las que se maduran en mitad de los Caniculares, las quales facilmente se corrõpen, como es la calabaça el Melon, las Moras, los Priscos, los Duraznos, đ los quales, aunque sean faciles de digerir, se engendra de dentro de las venas vn humor malino, elqual por luengo tiempo escondido viene en corrupcion, e causa fiebres e calenturas de malina naturaleza, como el mismo lo dixo enel libro đ Euchimia, Por lo qual deuen se todos guardar, en especial los moçicos, đstas tales fructas mayormẽte si son las horarias, como melones, y moras, y duraznos, y cohombros, e pepinos, y mucho mas en tiẽpo de oc̃toño, como lo escriuio Rasis enel.4.de Almãs, c.26. Auicena en la.3.del.1.doctr.5.c.1. Sõ especialmẽte malas las fructas para los estudiãtes, y para los q̃ son flacos y achacosos, de la cabeça, porque hinchẽ de vapor la cabeça, y porende sus sentidos se embotan y perturbã, e las obras del entendimiẽto se impiden, porq̃ no ay cosa q̃ tãto va-

Ras. 4 ad alm cap. 26

to vapor engendre como la fruta, especial la del estio llamada horaria, como lo dixo Auicena en la.13.del.3. tratado. 1.c.16. Y para concluyr razones, no ay cosa que mas haga para la conseruació de la sanidad que dexar las frutas, como cosa humida y corruptible, y allegarse a loables mantenimientos.

CAPITVLO

3. a quales hombres menos dañen las frutas y a quien mas, y en q̃ tiempo se deuan comer.

PORQVE como dize Ysidoro. Suma miseria, y desuentura es no saber a donde vas. Tengo por bien en este capitulo declarar, a quien sean las frutas mas dañosas, y a quié menos, por q̃ nadie por ignorancia cayga en peligro, y porque se sepa, quien puede comer las frutas con mas seguridad, y quien

con

con temor, e por esso se deue dezir con Auicena, en la tercera del primero, do-ctrina, 2, ca. 7. Que las frutas no son cō uenibles para los hombres delicados e holgados, que viuen en regalo e sossiego ni para los viejos, ni muchachos o ni-ños. Ni finalmente para la gente q̄ no trabaja, ni se exercitan, por dos razones, La vña porque en razon de mantenimi ento a ninguno aprouechan, antes da-ñan. La otra porque especialmente en gente de esta manera, se hazen veneno, e ponçoña, que congela e sobremanera enfria, matando los cuerpos por diuer-sas vias e maneras, porque como hin-chen, y enllenen el cuerpo de sangre a-guosa, e fluxible, e de crudezas, como las tales superfluydades e aguanosida-des, no se resueluan con trabajos ni exer cicios, bueluense por discurso de tiem-po enel estomago e venasen, vna cole-ra porracea, y eruginosa. como de color de cardenillo, laqual trae accidentes mortales, e frenesias, como muy bien lo

Auic. 3.1 do 2..7.

dix

dixo el Galeno enel sexto de las Epidimias, adonde dixo, que la colera erugi- nosa, engendrada de muchos dias por los malos alimentos, qnando empareja con el coraçon, en quatro dias mata, como de antes no mostrasse malicia ni daño alguno, e traxo por comparacion la mordedura del perro rauioso. Empero aunque es verdad que la comida de las frutas siẽpre consigo trayga daño, pues no es otra cosa su mantenimiento, sino vn çumo aguanoso e vna superfluydad humoral que hinche la sangre de humidades, e crudezas e haze ebullicion, y eferuençia enel cuerpo, cercana para engendrar fiebres e calenturas, cierto para estomagos e cuerpos calientes e secos, e para gente trabajada, y exercitada, e para mancebos e colericos, e para cansados, e desecados de caminos, son conuenibles, porque con su çumo se refrezcan y su sequedad se tiempla, e para de presente dá grã refrigerio e aliuio al cuerpo, digo depresente, porque si des-

pues

pues de comer las tales frutas, como sõ aluarcoques, duraznos, priſcos, peras, melones, pepinos, cohombros, no tornã a ſe exercitar para reſoluer y gaſtar la ſuperfluydad aguoſa que ſe engẽdro de las tales frutas, como ſe guarde y eſte en las venas, ſin ſe conſumir, verna deſpues a hazer fiebres y diuerſas enfermedades. Anſi lo dixo Auicena enel lugar allegado, Empero es muy vtil y neceſſaria la comida de las tales frutas para los que antes y deſpues ſe exercitan y trabajan. Anſi lo dixo Iſac en ſus vniuerſales dietas, cap. 27. diziendo, cõuiene en todo tiempo, que los que comen las frutas ſe guardẽ dellas como de malos mãjares, ſino fuere quando ha precedido gran trabajo, o de camino largo, o de mucho calor, porque en tal tiempo es neceſſario, que la ſequedad ſe tiemple y el calor ſe refrigere, Porque auiendo ſequedad e calor bueno, es dar frutas humedas, como Moras ciruelas, vuas, higos, priſcos, pepinos cohombros, ni cõ-

Auic. ibidem

biene enfriarſe por defuera, ni lauarſe muchas vezes, ni tomar nieue, porq̃ el que no tiene coſtumbre de vſar nieue, deue huir della. Porq̃ aunq̃ los joueues e mancebos de preſente no ſientã el daño de la nieue, empero poco a poco ſe va haziẽdo grande, porq̃ ſaliendo de la edad juuenil, y entrando en mas edad, caen en muchas e diuerſes enfermedades, que ſon incurables, e por luengo tiempo inſiſtẽ en las junturas haziẽdo gota, y en los nieruos haziẽdo perleſia, y eſpaſmos. Boluiendo pues a lo de las frutas q̃ no las comã ſino los q̃ trabajan dixolo tãbien Raſis enel. 4. a Almanſorem capitulo quarto. Lo miſmo dixo Galeno enel. 2. de alimentis. capit. 1. y enel libro de Euchimia. A ſe tambien de aduertir que las tales frutas no ſe comã deſpues de otros mãjares, ſino antes e al principio, ſino fuere que las tales frutas ſean Eſtipticas e acerbas, o agrias o azedas. Las quales ſe detengan e retarden enel eſtomago, pues en tal caſo

Raſi. 4 ad al. cap. 4.

Gal. 2 dẽ alim

caso se deueran comer a la postre de los manjares,tales frutas son, membrillos, mançanas azedas, peras, ansi lo quiso el Galeno enel libro.2.de alimentis,diziendo,conuiene tener en la memoria, como precepto comun en todo,que todas las cosas que fueren de mal xugo humidas e deleznables, que facilmente se van,se coman primero,que las otras cosas, porque de esta suerte ligeramente descienden y abren camino e via, para las de mas comidas: empero tomandose ala postre,corrompen a los manjares que hallã enel estomago, E tengase auiso,que despues que las tales frutas ayan descendido,coman luego tras ellas otro manjar,porque si a caso se comen despues de otro manjar corromperle han, e hazerle han descendir indigesto a las tripas,e venas miseraycas.

¶Capitulo

CAPITVLO

4. adonde se muestra q̃ frutas principalmente se deuen euitar, y si conuenga beuer vino, o agua tras ellas.

DIximos que cõuenia comer las frutas verdes, o humidas, alos jouenes o mancebos, a los trabajadores, a los exercitados, especialmente enel estio, y no en otro tiempo y antes de otro mãjar. Empero hase de aduertir, que esto no se deue entender de todas frutas, sino solamente de las domesticas, y no siluestres. Y de las domesticas, no de todas sino de las loables y mejores, de las de blanda y tierna corteza, de las perfetamente maduras, y no de las más. Ansi lo quiso el Galeno en el libro de Attenuante victu diziendo. De las frutas menos molestan las q̃ ablandan el vientre, como son las moras, las ciruelas, las guindas, los higos. Empero, las que son

Galen. libr. de attenu. victu.

Y tar-

tardas de deſcendir ſon peores q̃ todas, eſpecialmente ſi ſon duras para los cuer pos,porque no ſe deue guſtar deſtas, pe ro deuenſe guſtar las que ſon buenas pa ra poderſe guardar,como ſon las peras, las vuas,los membrillos, Finalmẽte las frutas domeſticas que tienen la corteza blãda y delgada,ſon las mas loables, porque la corteza delgadita y blanda de mueſtra que ſu ſuſtãcia es delgada y hu mida y liuiana , y preſta para penetrar por las venas,y obediente a la naturaleza,e porẽde dixo,que los higos ſon la mas loable fruta de quantas tienen corteza,y las vuas tienen ſegũdo lugar deſpues de los higos ſi eſtan biẽ maduras, y las frutas ſilueſtres , o las domeſticas no maduras no ſe deuen comer,porque todas ſon eſtipticas,frias,de grueſſo xugo,difficiles de digeſtiõ, tardas de penetrar por las venas,eq̃ hazẽ mucha tardãça enel eſtomago,eſpecialmente las frutas que eſtan por madurar,o las que ſe maduran antes de tiempo entre paja, o de otra

de otra manera,porque ansi estas frutas como las siluestres, aunq̃ esten bien maduras no se deuen comer,no solo de los ociosos y regalados, empero ni aun de los exercitados y trabajadores, porque son đ maligno y detestable nutrimẽto. Ni mas ni menos se deuẽ mucho huyr las frutas venenadas q̃ estã carcomidas đ gusanos,porq̃ sõ mortales y empõço ñadas,y el menor daño q̃ hazẽ es corrõper,e inficionar la sãgre y hazer fiebres mortales,como lo dixo Rasis en el lib. primero de sus afforismos. Pues luego deuemonos guardar de todo genero de frutas q̃ no este muy biẽ madura en sus arboles,y escogerlas muy biẽ maduras en sus arboles q̃ se puedẽ guardar por todo el inuierno hasta la primauera,porq̃ es aueriguado q̃ las frutas no se pueden madurar bien sino con el calor del sol, como lo dixo Ptholomeo en el.1. de su quadripartita. capit. 4. y como lo dixo el Gale. en el quarto de simpliciũ facultatibus. Hase tambien de aduertir, que

Rasis lib, 1. aphoris.

Ptho.1 quadri partit.

ni antes del comer de las frutas, ni luego despues, ni cõ ellas, no se coma otro manjar, porque no se corrompa y empodrezca, sino que acabando de comer la fruta humida aya mouimiẽto de andar o passear hasta que la fruta vaya a baxo y entonces se puede comer otro manjar, porqne de otra manera mezcladas con los otros manjares traeran grande daño en las venas. Empero si vuiere sed despues de comer las tales frutas, no se deue beuer vino en mucha quantidad, como quando se beue por via de nutrimento y beuida sino en poca quãtidad, y puro, y esto por via de remedio medicinal, porque como dize Galeno en el segundo commentario dela dieta delas agudas. Este tal vino tomado ansi puro en poca quãtidad, es causa que la tal fruta se digiera bien, y no la lleua indigesta y crada por las venas, mas antes primero que se destribuya por las venas, ya la ha digerido, o cozido. Esto se deue entẽder quando la fruta es fria y humida, y el esto-

Gal. 2. cõmen. victu acut.

el estomago no es calido, tales son melones, pepinos, ciruelas, priscos. De otra manera, si la fruta es caliente y seca, y el estomago es caliente, deuese beuer agua tras ella. Dixe q̃ el vino q̃ se deuia beuer tras la fruta fria y humida, auia d̃ ser poco puro fuerte bueno, y odorifero, porque si fuesse mucho aguado, que se tome por via de beuida, en tal caso mezclandose con el xugo de la tal fruta, haria muy mala sangre, y el vino lleuaria al xugo de la fruta hasta las extremas partes del cuerpo, especial si la tal beuida fuesse tras melones, y ansi dixo el Galeno en el segundo de alimẽtis, capitulo de cucumere, que el tal vino beuido tras la fruta haze vna mezcla, la qual guardada por largo tiẽpo en las venas, hara venir en corrupcion y en fiebres, y calenturas de mala costumbre.

Gal 2. de ali.

CAPITVLO 5. de la Alcaparra.

Auic. 2 canō c. 42.

LAS alcaparras, anſi en ſus hojas, y rayzes y cortezas, y ramas, como en ſu fruto, ſon muy vtiles enla medicina. Empero aqui ſolamente haremos mẽció delos frutos. Delas quales dize Auicena enel. 2. canõ c. 42. q̃ ſon caliẽtes y ſecas eu ſegundo grado. Empero Auerroes enel. 5. de ſu colliget, dixo q̃ erã caliẽtes en ſegũdo grado, y ſecas en tercero, por q̃ dixo q̃ erã de ſuſtãcia de tĩra, y de ſuſtãcia aduſta, ignea y ſubtil, lo qual ſe parece por ſu amargor ſeñalado, No viené a nueſtras partes ſino ſaladas, y porẽde las comemos ante de los manjares adereçadas cõ azeyte y vinagre, y primero cozidas en agua. Son de poco nutrimẽto, empero las verdes y por ſalar, ſon de mucho mas nutrimento, ſon mũdificatiuas, aperitiuas, y reſolutiuas, cozidas, ſon para cõtra todas las enfermedades đ baço, anſi comidas, como pueſtas por emplaſtro, euacuã melancolia y humores grueſſos, anſi por camara, como por vrina. Prouocã el ordinario delas mugeres,

res:son fuertes y de muy delgada sustan cia:con uienē para despertar la gana del comer, confortan el estomago si se co- men cozidas y adereçadas cō vinagre. Porque todas las cosas adereçadas con vinagre adquieren mucha subtileza, y refrescan el higado. Las que se comen sin adereçar son dañosas al estomago: ansi lo dixo Rasis en el veynte y tres de su continente, capitulo.664. E Dioscorides libro segūdo, capitulo.165. Son malas por via de nutrimento: porque causan sangre colerica y negra, hierē y dañan los neruios del estomago: pero pierde esto en su cozimiēto. Esto dixo Isac en las particulares dietas: y todo lo sobredicho Galeno en los libros de alimētis: y Paulo enel.1.lib.c.de oleribus. Auicena, Auerroes. Rasis, Isac en los lugares allegados.

Rasis 23.cō. c.664 Diosc. libr.2. c.165.

Paul. lib.1.

CAPITVLO 6. de los melones, y de sus qualidades, en quanto manjar.

LOS melones, ſegun Galeno enel ſegundo de alimentis, ſon en dos maneras. Los vnos ſe llaman, ſegun el, pepones, y ſegun los barbaros, bathcca, o anguria, que noſotros dezimos Badea. Los otros llama el Galeno, Melopepones, y habe diſtincto capit. de los vnos y de los otros. Eſtos de quien primero Galeno haze mencion, que ſe dizen Batechas, o Badeas, llaman tambien los barbaros melones indicos, o Sarracenicos, los quales ſon grandes, y tienen la caxcara verde, y la carne blanca, y la ſimiente negra, ſon frios ſegũ el miſmo, y muy humidos. Auicena en el ſegũdo canon, cap. 93. dixo, que eran frios en el principio del ſegundo grado, engendrã y cauſan paſsion colerica, que es vomitos y camaras, prouocan à vrina y mucho mas ſu ſimiente, aprouechan mucho para piedra de riñones. Empero, quando ſe corrompen en el eſtomago, ſe bueluen en naturaleza de veneno y ponçoña, y porende conuienen q̃ luego como

Auic. 2. canõ c. 93.

como agrauan se saquen con presteza, con todo esso no son faciles de corrupcion, y son vtiles a los calurosos de estomago, y a los que padescen fiebres por razon de su frialdad amatan la sed, y humedescen mucho, engendran flema, y humores gruessos, resisten a los humores mordaces del estomago y higado, engandrã sangre aguosa, porende se corrige si es colerica. E tienése en parte para los ardores por mejores que las cosas acetosas, o azedas, porque las cosas azedas, como el oximel, o xaraue de azederas, enmagrescen el cuerpo, y desecan, y no humedescẽ, y aun a caso hazẽ excoriacion en las tripas, q̃ es disenteria, etenasmõ, y por adstricion q̃ tienẽ se causa atapamiento y opilacion, si fueren azedas y estipticas, pero las cosas frias y humidas desabridas, que son de delgada sustãcia y dulces, como son las naranjas dulces, y estas Badeas, engendran en el cuerpo vn xugo aguoso, y sutil, que corrige la acrimonia de la san-

gre colerica que esta en las venas quando se mezcla con ellas. Finalmente enfrian mas que todos los generos de melones, y son mas duros de se alterar en el estomago: no se deuẽ comer cõ otro manjar porque le corromperan: deuen se de comer primero que el manjar, y no despues: porque si despues de comer de tal suerte le pueden corromper, que se tornen veneno, son en quanto alimẽto totalmẽte de mal xugo frio y humido, que mueue vomitos, y sino se digiere, causa fluxo colerico: su simiẽte mueue vrina, quebrãta la piedra de los riñones, y mundifica cõ vehemencia, como lo dixo Paulo lib.1.cap.80. El otro genero de melones que llama el Galeno Melopepones: entiendense que los que aca dezimos Romanos y no Castellanos, los quales el no conoscio: y es la razon, porque hablando el de los Melopepones, dixo, que no mouian tanto la vrina, como los pepones, o Badeas, y que no eran tan humidos: en fin segun lo que

Paulo. lib.1.c. 80.

lo que dize le haze ser no poco semejãte a la Badea: porque el ser mas, o menos humido, no le varia de su semejança: y porende Isác dixo en las particulares dietas, que los melones del estio, que son los que dizen los Griegos Melopepones, son en dos maneras, vnos son redõdos, y otros sõ largos, y ansi el vno como el otro son frios y humidos en la mitad del segundo grado. E dixo mas, q̃ el redõdo, q̃ es el q̃ llamamos Castellano es de xugo mas gruesso y mas dulce, y q̃ por ser assi de xugo gruesso se hazie redõdo, porq̃ apesgaua tãto a vna parte como a otra, y q̃ era mas dañoso que el luengo: y que el melõ luengo era d̃ xugo mas aguoso y delgado, y que como fuesse de naturaleza de agua corria abaxo mas que arriba, y que ansi se hazia luengo, y que este era mejor que el redondo, aunque no de tanto sabor, antes desabrido poco menos que la Badea por lo qual, como en humidad y desabor se allegue mucho mas a la Badea q̃ el Ca-

el Galeno llama, Pepon, y ſea de mucha humidad, poca, menor que la Badea, ſiguese que es el Melopepon de Galeno, porque el Melon Caſtellano en compa racion del Romano y de la Badea, ſi es bueno, es de mucho menor humidad y aguoſidad, y es muy mas ſolido y duro de digeſtion, aunque tambien prouoca a vrina. Eſte es mi pareſcer, diga lo que quiſiere Láguna. Empero anſi el redon do, como el largo, quiero dezir, anſi el Romano, como el Caſtellano, ſon frios y humidos y mundificatiuos, y ſu carne ſe conuierte en el humor que halla enel eſtomago, y no es facil de digeſtion, en fin ſon dañoſos para el eſtomago, y mucho mas el Caſtellano, ablandan y mollifican le ſus neruios, y hazenle correntio. Sõ malos para los achacoſos de paſſion colica, empero buenos para los calientes de higado. Los melones Caſtellanos engrueſſan mas la ſangre y detienenſe mas, ſon mas difficiles de digeſtiõ, pero por ſu humidad grande mue-
uen

uenn vrina, e alimpian mucho, e deslauan, loqual hazen los melones Romanos, con mas presteza, e vehemēcia. Finalmente, ansi los vnos como los otros son de poco e mal mantenimiento, e si quando empieçan a agrauar e dar pesadumbre enel vientre, no se soccoren cō algo, hazense veneno e ponçoña, e los q̄ son castellanos, que son mas dulces, e porende menos frios, declinan mas a colera, e los demas a flemma los quales cō mas efficacia, matā la sequia e humedescen e mueuen vrina, Pero para euitar los daños que hazen, deuese comer tras ellos agengibre, encienso, almaciga, hinojo, anis, si los que los vuieren comido, fueren frios de estomago. empero, si fueren calientes, tomen vn poco đ xaraue de granadas, o oximel, esto dixo Rasis enel tercero de Almāsor, c. 20 y enel .25. de su continente, capitulo. 1. Auicena, Galeno, en los lugares allegados, deuense comer, mucho antes que los otros maniares.

Capi

CAPITVLO 7. de la calabaça y su nutrimento.

SEGVM Auicena en el.2.canon capitulo.179. La calabaça es fria y humida en segundo grado, y cozida es de algun mantenimiento y sustentacion, si se digiere: porque sino se digiere, luego se corrõpe, como lo suele padescer quádo se junta en el estomago con algun mal humor, el mantenimiento que engendra es como agua, o como el de las moras. Empero hazese loable si se cueze con membrillos, o con çumo de granadas, o de agraz, o con azeyte de almédras, deciende presto del estomago por causa de su mucha humidad, engendra humor flematico: y por esso no es conuenible para los flematicos, ni melãcholicos, pero es bueno para los colericos y sanguinos, aunque mejor para los colericos, Es como materia de los alimentos, porque ella de si no da sino vn má

teni

tenimiento de vna ſuſtancia ſimple y ſemejante toda en ſi, y ſi ſe junta con otra qualquiera coſa, da el alimento de aquella coſa con quien ſe junta: porque ſi ſe come con moſtaza, engẽdra vn humor mordaz cõ calor manifieſto. Si cõ ſal, engendra humor ſalado. Si con çumo de mẽbrillos, engẽdra humor acerbo y eſtiptico, es dañoſa para el eſtomago y tripas, y para los achaçoſos de paſsiõ colica, eſpecial ſi ſe come cruda, porque cauſara aſcos, vomitos, y vn humor de agua y delgado. Puedeſe dar a los flematicos cozida cõ pimiẽta, apio, yeruabuena, moſtaza, comida ſin eſtas coſas, deſtruye el apetito, y relaxa el eſtomago, mata la ſed, y el ardor de higado y eſtomago, y ſi ſe come muy amenudo cria tenaſmon, como lo dize Raſis enel. 4. de ſus aphoriſmos. Empero corregirſe ha eſta malicia ſi ſe adereça cõ vinagre y otras eſpecias. Si vna vez ſe corrõpe el eſtomago, hazeſe de muy mal manteuimiento y hazeſe tarda de deſ-

Tenaſmon es puxo.
Raſ. 4 aphori.

de descendir y engendra vn humor desabrido, todo esto dixeró Isac en las particulares dietas, Auicena enel lugar allegado, Auerroes enel quinto de su colliget, Rasis enel tercero de Almansor. c. 18. Ay otro genero de calabaças que se dizen de la India, de figura de meloñ, y estas son de carne mas solida y firme y dura de digestion, de xugo gruesso, y q̃ difficultosamẽte se ablanda sino cõ mucho cozimiento, y con todo esto son de mal mantenimiento, enfrian y humedecen, y no tienen facultad de mouer camara, porque no son mundificatiuas.

CAPITVLO 8. de los pepinos y cohombros, y de sus propriedades para se comer.

SEGVN escriue Rasis por autoridad de Bimasui, ansi los cohombros como los pepinos son frios y humidos en le-

en ſegundo grado caſi al fin en el. 23.de ſu continente cap.61. adonde dixo.Los cohõbros y los pepinos ſon frios y humidos del ſegũdo grado:empero el pepino es peor que el cohombro, porque engendra en el eſtomago vn humor grueſſo y viſcoſo:el qual procede crudo por las venas,del qual ſi redunda ſe hazen fiebres cronicas:quiere dezir,de largos dias, y no prouocan tanto la vrina como los melones, y preſto ſe corrompen en el eſtomago: y los que le comen deuen luego tras el comer vna ſemilla que dizen Ameos, que es como alcarauea,con tal que el eſtomago no eſte inflamado. Y finalmẽte el anſi miſmo dize eñl quarto de ſus aphoriſmos, es vtil al eſtomago caliẽte. Eſto dixo Raſis,en lo qual conforma con todos los que del pepino eſcriuieron. Y Galeno y los demas Griegos no hazẽ mencion ſino del pepino,al qual llaman Cucumer,o Cucumis, porque el cohombro en pocas partes ſe halla,ſino en Eſpaña, quierẽ al

Raſis 23. cõ. c. 611.

gunos dezir, que el cohombro aya nacido del pepino, porq guiando al pepino por vna caña horadada se hizo cohombro, de la simiente del qual se hizieron despues los cohõbros Es el cohombro frio y humido en segũdo grado, es mas loable q̃ el pepino, por su tortuosidad le llamaron cohombro de culebra, porq̃ esta torcido y largo a manera de culebra, es mas loable que el pepino, porq̃ como se estiende y cresce en mayor longura, es mas exercitado y menos humido, y porende mueue menos vrina que el pepino, porque el pepino es mas pesado al estomago porque es mas frio, conuiene a saber en tercero grado, y es mas dañoso a las hebras y neruios del estomago, y porq̃ es mas humido mueue mas la vrina, empero el cohombro, aunque es dañoso al estomago, y si halla algun manjar crudo en el estomago le conserua, ansi en su crudeza, y no le dexa digerir, empero con todo esto no es tan dañoso como los melones, porque

que el cohombro y aun el pepino solamente resisten a la virtud digestiua, y offenden al estomago. Empero los melones relaxan la sustancia del estomago, y conuiertense en humores venenosos, los quales hierẽ al estomago. Esto se entiende quando los melones no se digeren como deuen en el estomago, porq̃ si biẽ se digierẽ mejor humor criã eñl estomago, q̃ los cohõbros, porque el cohõbro es de gruesso xugo, cercano a flema vitrea. Finalmente, porque los cohombros son menos humidos que los pepinos, porende menos mueuen vrina, empero mejor mantienẽ que los pepinos, los quales sino se digieren se bueluen en humores cercanos a veneno. Llamã a los cohombros Cucumeres, y a los pepinos Citrulli, porque despues de perfectamente maduros son amarillos como cidras.

CAPITVLO 9. de los hongos, e setas, y de su malicioso nutrimento.

LOs hongos, segun Dioscorides en su libro quarto, son en dos maneras. Vnos sõ mortiferos, y otros no mortiferos, podemos romancear, que vnos son hongos que son los malos, y otros son los que llaman vulgarmente, xetas que son los hongos mas sanos: y a estos pienso llamaron los antiguos, boletos: estos son mas olorosos y mas enxutos, blancos por arriba, negros tirantes a roxo por a baxo, pequeños y apiñados: los quales nacen por Abril en los prados con las primeras aguas. Los mortiferos se paran de mil colores en cortãdolos. Destos son los que nacen junto adonde ay escorias de hierro, o junto al hierro, y porende son como de color de cardenillo por a baxo, y los que nacen junto a cosas de estiercol y podredumbre,

y los

ylos q̃ nacen a par de animalejos ponço ñosos, y los que nacẽ a par delas oliuas, porq̃ de la oliua se les pega mucha vescosidad gruessa: y finalmente los que nacen jũto a muladares. Todos estos engẽdrã apoplexia y espasmos, sincopas, matan de presto, traen ahogamiẽto. Pero es socorro contra ellos el estiercol de la gallina beuido con vinagre, o oximel con calamento, que es la yerua nieta. Los que se dizen xetas y boletos, q̃ son los que no matã son tambien muy malos, porq̃ ansi los vnos como los otros, son frios y humidos en fin del tercero grado: engendrã mal humor, y gruesso, son difficiles de digestion, causan vomitos y camaras, ahogan si se comen muchos, porque comidos, como vna esponja se hinchan en el estomago y empapan de los humores que estan en el estomago, y a parte ansi hinchados vienẽ a comprimir los pulmones y a ahogar. Empero corrigese su malicia si se cuezẽ primero en vna agua, y dspues los estru

jan,y los tornan a cozer en otra,guisan dolos con pimienta,canela,clauos,agen gibre,oregano,especias olorosas,co máse despues dellas aluahaca campesina, peras , beuase tras ellas vino puro, no por via de beuida sino por via de corre ctiuo,porque beuiendolo por via de be uida en cātidad aguado, lleua el humor de los hongos hasta las postreras partes del cuerpo,como lo dixo Auicena enel segundo canon,cap̄,275. y en la tercera del primero.Finalmēte, despues destos y de los mortiferos se tome el mitridato,la atriaca, la confection de las tres pi miē tas,el diacimino,como lo dixo Rasis en el.22. de su continente, capitulo. 584.Tambiē es bueno comer tras ellos el mastrāto,finalmente nos guardemos de los mejores, porque son muy dañosos,y peligrosos, porque como dixo el Galeno en el libro de euchimia. Yo vi a ciertas personas que murieron de comer hongos.

Auic. 2. canō c. 275

Rasis. 22. cō tin.c.a. 584.

Galen. libr. de euchi.

Cap.

CAPITVLO 10. de las turmas de tierra, y de sus qualidades, en quanto son manjar.

COmo lo dize el Galeno. Todas las cosas nacidas sin sabor, o sin alguna acrimonia al gusto, y finalmente sin sabor alguno, naturalmẽte son peores que todas las de mas cosas de comer, como son los hongos y las turmas de tierra, por la malignidad de la tierra adõde nascẽ, y por el mal humor de q̃ se crian, aunque como lo dize Rasis enel tercero de Almansor, cap. 18. Los hongos son mucho peores que las turmas, porque si las turmas primero se cuezen en vna agua, y despues se guisan con sal y azeyte y especias, no son mal nutrimento, como lo dixo Galeno enel libro de euchimia, adonde dixo. Que aunque son de gruesso xugo, empero no son de

Ras. 3. ad Almanso. c. 18.

Galen. libr. de euchi.

mal nutrimento, no tienen ſabor, y ſon duras de digeſtion, y la empiden, agrauan el eſtomago, cauſan perleſia, y apoplexia, detienen la vrina, hazen mal de riñones, engendran flema grueſſa, cauſan paſsion, colica, porque ſon frias y grueſſas. Las mejores turmas ſon las blancas como arenoſas que no tienen mal olor, y mejores ſon las humidas q̃ las ſecas, deuenſe mõdar con cuchillo, y guiſarſe como emos dicho. Las peores ſon las grueſſas nacidas en mala tierra. debaxo de arboles, el vino puro beuido tras ellas es muy buena atriaca, ſõ de ſuſtancia de tierra y de agua, y tienen vn poco de ſuſtancia tenue de ayre, como lo dixo Auicena en el.2. canon.c.692.

Auic. 2.canõ c.692.

CAPITVLO

11. De las Verengenas, y del mal mantenimiento q̃ cauſan.

NO hallo entre los autores Griegos quien haga mencion de la verengena, por

na, porque aunque algunos quieren dezir que es aquella especie de Mãdragora que Dioscorides en su quarto libro llama Morion, que en Latin se declara *Malum insanum*, que quiere dezir Mança na loca, porque tiene vn sabor desgraciado y loco. Empero en su descripcion no conuiene con la verengena. Llamanla los Arabes Melongia, y Melongena. Trata della Auicena en el libro segũdo tracta. 2. cap. 458. En donde dize, que la verengena es apredominio caliẽte y seca en segundo grado. Lo qual dize que se paresce por el sabor amargo y agudo que tiene. Dize que engendra melãcholia y opilaciones, y que corrompe el color, porque ennegresce el cuero, y haze el color cetrino, y engendra paño, y apostemas, y bothor, haze cãcer y lepra, opila higado, y baço, empero si se cueze en vinagre. Dize que deshaze opilaciones, engendra y multiplica melãcholia, y dolor de cabeça. Cozida en azeyte ablanda el viẽtre, pero en vinagre le estriñe, em-

Diosc. 4. libr.

Auic. lib. 2. tract. 2. cap. 458.

Auer. fie,empero Auerroes enel quinto de su colliget dize, que es materia de manjares,y que se guisan con ella muy delicados manjares, y que coziendose en dos aguas,en el primero cozimiento con sola agua,la qual se deue echar, y en el segundo cozimiento con agua y carnes se hazen mejores y mas gustosas, y que ansi se haze vn mantenimiento templado,porque por el primer cozimiento se quita su amargor y acrimonia. Por el segũdo se tiempla su sequedad, digo en el cozimiento que se haze con las carnes,de donde se paresce quãto erro Laguna sobre Dioscorides diziendo. Que la verengena era fria y humida, juntamente con ser calida y seca, es no poco estiptica, pero pierde esta estipticidad con la carne,de donde se collige,que tiene sustancia ignea y terrestre, y porende engendra gruesso xugo y melancholico,corrigense sus vicios si se cueze cõ agraz y membrillos, y con el çumo de granadas agrias,o con vinagre guisada

con

con clauos, pimiẽta, y otras especias calientes. Acrescientã su acrimonia, y las hazen mas secas de lo que son, pero cõ la salsa que se haze de mostaza y vinagre se corrigen mejor, son muy perniciosas y mortales hechas en caçuela cõ pan y queso y especias caliẽtes, porque fuera de que se hazẽ de gruesissimo xugo, y mas mordaces, detienese en ellas su maligno vapor. Porende se tornã de naturaleza de veneno. Empero que la verengena sea la que los Arabes dizen Melongena, claramente se paresce por sus dichos. Especial que Serapion habiando de la Melongena dixo. *Melongena fructus sunt oblongi medii inter rubedinem & nigredinem & inueniuntur ex eis citrine & albæ.* Que quiere dezir. Las Melongenas son vnos fructos luengos medios entre negro y colorado, y hallanse dellas algunas como citrinas y blancas, la qual descripcion conuiene a nr̃as verẽgenas proprissimamẽte y mas abaxo dixo por autoridad de Yabbi

Serap.

Moises

moiſes. Moiſes que ſon buenas para los vomitos y aſcos,y que ſon peores de quantas frutas ay.

CAPITVLO

12. De las frutas uerdes y ſecas,de las de delgada,y de las de dura corteza.

COMO dize el ſummo y bienauenturado Pontifice Gregorio. Cierto es coſa dura, q̄ aquel que no ſabe tener regla ni moderacion en ſu vida, ſe haga juez de la vida agena. Eſto digolo por muchos phyſicos q̄ ay muy ſabios y preminentes profeſſores de la medicina,los quales,como ſi fueſſen niños, cada dia vſan de muy malas frutas en mucha cantidad en ſu deſtruyció y grā peligro de ſus perſonas, y quieren deſpues pareſcer muy conuenibles y acordados doctores para la ſalud de los otros. Empero quiero aqui en eſte preſente tractado hazer del reglado y moderado phyſico,

ſico,y dezir,que anſi como las frutas hu midas ſon deſconuenibles y no pertene ſcientes a los q tienen complexion fria y flematica,mucho mas que a los colericos. Anſi de la miſma manera deuemos dezir de las frutas ſecas, las quales ſon mas conuenibles para los flematicos y humidos,que no para los ſecos y aridos. Lo miſmo ſe deue entender del eſtomago,porque los que le tienen frio y humido no ſon tãto offendidos de las frutas caliẽtes y ſecas, quãto de las frias y humidas. Porque como dize Ariſtoteles en el libro de generatione & corruptione, mas facil es el tranſito en las cosas que guardan entre ſi Symbolo, o ſemejança, porque mas preſto ſe enciende el fuego en las coſas ſecas y calidas que no en las humidas: y anſi de la miſma manera, las frutas ſecas, como ſon las almẽdras, y las auelianas, y nuezes, las quales tienen vna vntuoſidad como de azeyte, facilmente ſe conuierten en eſtomago caliente en colera y humos, y

Ariſt. libr. de gene et corru.

por

porende no conuienen tanto a los colericos quanto a los frios y flematicos, como por el cõtrario. Las frutas humidas y reciẽ maduras, mas conuenibles son a los colericos q̃ a los flematicos. Y por esso dixo Auicena en la segunda del primero capitulo *de signis complexionum conuersio in genere proporcionali, est facilior conuersione ad contrarium*. Quiere en suma dezir. Que mas ayna se conuierte y muda vna cosa en su semejante, que no en su contrario, porque mas presto se cõuierte la fruta fria y humeda en flema, que no en colera enel estomago, de la misma manera frio y humido Y por ende como se paresce por autoridad de Isac en las dietas vniuersales capitulo. 25. Las frutas que son de duras y gruessas y secas cortezas, son peores que las frutas que tienen blandas y tiernas cortezas, porque la dureza y grosseza de cortezas arguyen vna sustancia gruessa y terrestre, dura de digestion, y presta para se conuertir en humos en estomago va-

Auic. 2. pri.

Isaac de uni. cap. 25

go vazio, y ſeco de complexion y en eſtomago lleno de manjares, y frio en ventoſidad y corrupcion. Y deſpues mas abaxo dixo. Toda fruta que es de grueſſa y terreſtre corteza, naturalmente no careſce de ſuſtancia vntuoſa y azeytoſa, y la ſuſtancia vntuoſa y azeytoſa, es muy facil y preſta de ſu natural inclinacion a ſe conuertir en colera y corrupcion y humos y en generos de veneno, y porende concluyo conſecutiuamente. De las frutas, las que tienen cortezas duras y ſecas ſon de peor nutrimento, como ſon las almẽdras, nuezes, auellanas, y otras muchas ſuertes de frutas de caxcara ſemejantes, en eſpecial ſi fuerẽ ſilueſtres. Porque eſtas ſon mas ſecas y mas duras de digeſtion. Pues luego tambien ſe ſigue deſto: que quanto mas añexas fueren eſtas frutas ſecas, tanto mas ſon peores, porq̃ mientras mas ſe añejan mas azeytoſas ſe hazen, como ſe

vee

vee claramente en las almendras y nuezes y piñones y alfocigos, que se dizen fisticos, las quales frutas mientras mas sa añexan, mas se paran raciosas. E por ende en estomago caliente, son reputadas por muy peruersas, ansi como las frutas humidas y frias, como son pepinos y melones, son sospechosas en estomagos frios y humidos, y aun del todo se vedan: y porende cada qual examine la complexion de su estomago, si es seca, o humeda para vsar de frutas secas, o humedas segun que su estomago lo requiere. Esto basta para en general para la consideracion de las frutas.

CAPITVLO 13 de las almendras, por razon de alimento.

DIZE el Galeno en el segundo de alimentis, cap. 27. Que las almendras totalmente carescen de qualidad estiptica, porque preualesce en ellas la

quali

qualidad de alimpiar y atenuar, por la qual se purgan las entrañas, ayudan a arrancar los humores del pecho y pulmones, son buenas para ayudar a hazer camara, dan poco sustẽto al cuerpo, pero bueno. Las que son dulces son tẽpladas en la calor y humidas, son de suaue sabor, tienen muchas y buenas proprie dades, acrescientan la sustancia del celebro, hazen sueño suaue, alimpia las vias de la vrina, son muy conuenibles para los q̃ son enxutos y magros, por su mucha vntuosidad y azeyte se tornan ranciosas, y son tardas de digestion, son de dura y gruessa sustácia, no son dañosas al estomago: como lo son las nuezes, ni tan vntuosas, tardãse enel estomago, pero si se toman con açucar descienden cõ presteza, augmentã el esperma, e incitã a luxuria, comiendose con la corteza de dentro conuienen al dolor de la boca, engordan, abrẽ opilaciones de higado, y baço y de las venas, alimpian el estomago. Todo esto dixeron Auerroes en

Auer. 5. coll. Auic. 2. canõ c. 58.

el quinto de su colliget. Auicena enl. 2. can, cap. 58. Isac en las particulares dietas, c. de amigdalis. Rasis enel. 3. de Almansor. cap. 20. Y enel. 25. de su continẽte, cap. 62. El qual dixo que erã caliẽtes y humidas en primer grado, y secas en el segundo, como lo dixo Auicena enel lugar allegado. Verdes antes que echen corteza, cozidas confortan las enzias, y refrescan el estomago.

CAPITVLO 14. de las auellanas, y de su nutrimento.

ENtre Rasis enel tercero de Almansor, capit. 29. y enel, 4. de sus aphorismos, y Auicena enel. 9. del. 3. cap. 20. y. 21 se leuanta vna contradicion sobre las auellanas, porque el vno dix, oque eran malas para el estomago y higado, y que engendran malos humores, y el otro

otro que fue *Auicena* dixo, que eran a-
migas del eſtomago y de vltimada ayu
da,y que erã muy buenas para todo ge-
nero de higados. Y finalmente que erã
de buen nutrimento, a los quales no ſe
halla ſalida, para auerlos de concordar,
ſino que Raſis eſta mal interpretado, y
que en lo arauigo no ſe halla que dixeſ-
ſe tal,porque la ſentencia del Auicena,
es mas conforme a razon, y concuerda
mas con otros phyſicos:alomenos en
quanto toca a que ſon de bueno y mu-
cho nutrimento, porque ſon de grueſſa
ſuſtancia,como lo dixo Haliabbas en el *Halia.*
quinto de ſu theorica.cap. 19. E Iſac en *ſ.theo.*
ſus particulares. *Aunque* Paulo en ſu *c.19.*
primer lib.cap.89.dixo,que erã menos *Iſac.*
cõuenibles para el eſtomago q̃ las nue- *di.par.*
zes.Finalmente como lo dize Auicena *Pau.li.*
enel.2.cañõ. c.43. La ſuſtancia grueſſa *1.c. 89*
de tierra delas auellanas es mayor q̃ la *Auic.*
terreſtridad de las nuezes, e mantienen *2.canõ*
mas que las nuezes,porq̃ ſon mas peſa- *c. 43.*
das y maciças y no tan azeytoſas, y
Aa 2 vntuo-

vntuosas,son de tarda digestion: la natu raleza y complexion delas quales tira a vna vntuosidad, y a vna poca de sequedad, engendranse dellas colera, y ay en ellas mas estriñimiento que en las nuezes,engendran ventosidad en las tripas y dolor de cabeça,y si se comen con pimienta,maduran el romadizo,en fin cõ aguamiel son buenas para el pecho,o si se comen majadas con miel socorren a la tose antigua:ayudan a arrancar delos pulmones, son mas tardas de digestion que las nuezes, mueuen vomito por su vntuosidad, son buenas contra veneno, y contra mordeduras de animalejos re ptiles,especial cõ higos yruda,son mas ventosas si se comẽ sin mondar. Empero mondadas son mas faciles de digestion:socorren muy presto a la tose si se assan con pimienta. Finalmente, como la dixo Rasis enel lugar acotado,no son tan calientes como las nuezes,y segũ dixo Haliabbas enel quinto de su theorica,son calientes y secas con vna sequedad

Halia. 5. the.

dad

dād terreſtre con poca vntuoſidad. Y ſegũ Iſac enlos particulares, ſon mas frias y eſtriñidas que las nuezes, ſon tardas de digeſtion.

CAPITVLO 15. De las caſtañas, y de ſu nutrimẽmento y de ſu preparacion.

LAS caſtañas, ſegun Iſac en ſus particulares dietas, ſon calientes en el medio del primer grado, y ſecas enel ſegundo. De la qual opinion pareſce auer ſido Auicena. Pues enel ſegundo canõ cap. de glande dixo. *In caſtanea parum eſt caliditatis propter ſui dulcedinem & in ipſa eſt abſterſo & inflacio in ventre inferiore & ſtipticitas. &c.* En lo qual vino a dezir, que eran calientes por ſu dulçura y que tenian inflamaciõ, o ventoſidad y eſtipticidad, o eſtreñimiento, y por eſſo dixo enel lugar allegado, que ſe pareſcien ſer calidas por ſu dulçura que tienen, y ſer ſecas por ſu adſtriction, o eſtiptidad, las

Auic. 2. canõ cap. de glande

quales en comparacion de las bellotas son mas faciles de digestion, y de mas nutrimento, y no son muy dañosas para la tose de flema, y no son muy estipticas, ni muy abridoras, las quales no se deuen comer a menudo, porque dadas a comer muchas vezes, causan ventosidad, y dolor de cabeça, por la difficultad de su digestion, y por el humo encerrado en el estomago. Empero quitarse han estos daños, y no seran mas estipticas, si se assan, porque se haran mas raras, las quales templara la sequedad del pecho, especial si se echan en agua caliente hiruiendo, porque se templara su complexion con la humidad y blandura de la agua, y por esso seran de buen mantenimiento. Empero los colericos deuē las comer con açucar, los flemáticos con miel, detienen los vomitos y ascos, y confortan el estomago ayuno. E por esso dixo Galeno en el libro de cachochimia, que las castañas son agradables y suaues

Galen. libr. de cacho.

y me-

y mejor se digierē, y no son de mal mātenimiento. Antes dixo mas abaxo. Los frutos que se toman de los arboles son quasi todos de mal xugo, y mantenimiento, excepto las castañas, porque si se digeren bien enel estomago, mantienen bien, y no son de mal nutrimento. Y en otra parte dixo, que era vn grano el mas admirable de los granos, en tanto que se allega en bondad a la miga del pan, conuiene a la humidad del estomago, y alas dissenterias, o camaras de sangre. Empo dixo enel lib. de attenuātevictu, q̄ crudas son malignas, pero menos malas assadas, o cozidas. En cōclusion para que no aya duda en su mātenimiento, ni en su daño, se deuen comer despues de la cena, o comida con açucar, assadas, o cozidas, y en poca quantidad. Ansi lo dixo largamente el Galeno en el su libro de Euchimia, porque si se comen en alguna quātidad, haran grandissimo daño en el esto-

Galen. libr. de attenu. victu.

Galen. libro de euchi.

ſtomago y cabeça, cauſaran regueldos malos y fumoſos, corromperã la comida del eſtomago por ſu eſtipticidad, y ventoſidad y groſſeza, y ſu dureza de digeſtion. Auerroes enel quinto de ſu colliget dizo, que eran frias y humidas en primero grado: y Haliabbas enel quinto de ſu theorica dixo, que eran templadas en frialdad y humidad, y que diſſoluien la difficultad de la vrina. Empero mas me allego al Auicena, e Iſac; q̃ mejor lo dixeron.

Auer. 5. colli.
Halia. 5. theo.

CAPITVLO

.16. De las nuezes, y de ſu nutrimẽto.

COMO eſcriue el Galẽno en el ſegũdo de Alimẽtis, cap, 26. La nuez es laxa, y es mas azeytoſa que la auellana, participa vn poco de qualidad eſtiptica: la qual qualidad por diſcurſo de tiempo ſe marchita, paſſandoſe ſu ſuſtãcia en naturaleza de azeyte, por donde el todo ſe torna inutil, e inepta para comer.

mer. Y mas abaxo dixo: que las nuezes rezientes y humidas, ſon mas aptas para abládar el vientre, y las ſecas menos. Son, ſegun dize Auerroes enel quinto de ſu colliget calientes y ſecas en el ſegundo grado, como lo dixo Auicena enel ſegundo canō cap, 502. cauſan dolor de cabeça, ſon de difficil digeſtion, y malas para el eſtomago. Las rezientes y maduras ſon mejores para el eſtomago, y de menor daño, y no ſon deſcōuenibles, ſino ſolamente al eſtomago caliē te. Su comida frequente cauſa echar las lombrizes y guſanos: hazen perleſia en la lengua. Comidas en ayunas con higos y ruda, ſon atriaca contra veneno, Dellas y cebollas aſſadas y ſal ſe conficiona emplaſto muy vtil contra la mordedura de perro rauioſo, y de otros animales. Las rezientes tienen poco calor y mucha humidad, y tienē poca vntuoſidad y mucha auſteridad, y mientras mas añejas, ſe hazen mas vntuoſas y azeytoſas: porende no ſon de

Auer. 5. colli.
Auic. 2. canō c. 502.

comer las que mas se allegan a las reziẽtes son mejores, las que mas a añejas peores, porque se tornã mas azeytosas, y porende son mas dañosas al estomago, porque se cõsume mas su humidad, y cresce su vntuosidad, como lò dixo Isac en sus dietas particulares. Conuiertense facilmente en colera, especial las añejas: porque su azeyte se enciende en el estomago colerico, no son de tanto nutrimento como las auellanas, porque son mas raras y huecas, y tienen mas azeyte y vntuosidad. Porende son muy contrarias a las hebras y contextura del estomago, pues le relaxan, sino es quando el estomago fuere templado en calor y frio, porque en tal estomago son buen mantenimiẽto, empero muy malo enel caliẽte, como emos dicho, porq̃ causan en el vstion, y se tornan colera y leuantan humos, por donde viene dolor de cabeça. Pero quitaseles este daño si las mudan, y ponen toda vna noche a remojo en agua caliente, porque

Isac. die. particula.

que anſi reſciben humidad de la agua,y ſe hazen como verdes,ſon dañoſas para la toſe,y ſi ſe comen con vinagre ſe corrige ſu malicia. Hechas en conſerua con miel y eſpecias,y coſas aromaticas, ſon vtiles para el eſtomago, y conſumẽ ſus humidades, y ſon calientes y ſecas por ſus eſpecias. Cõcluymos deſto que ſon malas para los de complexion caliente, y que con mas ſeguridad las pueden comerlos viejos y flematicos, en eſpecial en tiempo de inúierno. Eſto ſe ſaca de Auerroes, Auicena, Iſac, Galeno en los lugares allegados.

CAPITVLO 17. de los piñones.

Las piñas q̃ lleuã los piñones, ſõ d̃ dos majares, porq̃ ſon vnas de piñones grãdes, y otras d̃ pequeños, a las d̃los pe

que

queños llaman algunos physicos, machos, porque son mas calientes, y secos, y mas medicinales. Tienen el grano triangular, y de mas dura corteza, y el meollo mas agudo, a las de los granos grandes llaman fœminas, y son de mas nutrimento que las de los pequeños. En fin los piñones tienen gruesso y loable nutrimento. Son vtiles a los que tienẽ collegida materia en los pulmones, a los asmaticos de antigua tose, y para el tremor, acrescientan el esperma. Son templados en calor y frialdad y aumentan la humidad, maduran, ablandã, resueluen, especialmente los rezientes. Son compuestos de sustancia de tierra y agua, y de vna poca sustancia de ayre. muerden el estomago, sino se infunden primero en agua. Y entonce son mejores, y mas gratos al estomago. Los calientes de complexion comanlos con açucar, y los frios con miel: alimpiá las superfluydades de riñones y vexiga, y confortan estos miembros. Y dize Rasis

en el

en el tercero de Almanſor, capitulo veynte, que tienen ſus granos admirable propriedad en pecho y riñones, y que abren las opilaciones de las venas, y an ſi los piñones grandes, como los pequeños, ſon calientes en fin del ſegũdo grado, y ſecos en principio del primero, cõ todo eſſo por la ſuſtãcia de agua que tienen, participan de humidad. Y por eſſo dixo Raſis enel quarto de ſus aphoriſmos, que eran calientes y humedos, ſon dañoſos para los colericos, y caliẽtes de complexion. Por lo qual, como vn hõbre ya viejo colerico, caſado cõ vna muger moça, quiſieſſe acreſcentar el apetito de engendrar, y ouieſſe oydo dezir q̃ los piñones acreſcentauan el eſperma, e incitauan a luxuria, empeço a vſar dellos en mucha copia cõtinuamẽte, delo qual ſe le empeçaron a acreſcentar muchos humores colericos, y empeçoſe a encender tanto, que a breues dias murio de vna fiebre muy aguda. Lo ſobredicho affirmo Auicena eñl.2.can c.308 Auer-

Raſ.3. ad A. man.c. 20.

Raſ. 4 aphor.

Auic. 2. can. c. 308.

y Auerroes enel quinto de su colliget,e Isac en las dietas particulares.

CAPITVLO

18. de los alfocigos, que se dizē en latin Fistici, e Pistacie, y de su nutrimento.

EN la complexion de los alfocigos se adelanto demasiadamente Auicena enel segundo canon, capitulo. 276. adonde dixo, que los alfocigos eran de mas fuerte calor que las nuezes y almēdras, y que eran calientes en fin del segundo grado con alguna humidad. Empero Haliabbas en el quinto de su theorica, cap 19. dixo, que eran templadas en calor y humidad. Isac quiso, que fuessen calientes en medio del segundo grado y secos. Lo qual paresce mas conforme al Galeno, pues en el segundo de alimentis, cap. 28. dixo, que participauā de qualidad, o facultad amarga y estiptica

Halia. 5. theo. c. 19.

aro-

aromatizante,y porende son conforta-tiuos del higado, y abren los caños del nutrimento y manjar,y las constipaciones,alimpian pecho,y el pulmon, y beuidos con vino, son vtiles contra ponçoña, y por esso dixo Auerroes en el quinto del colliget, que eran calientes y secos templadamente,y que a tota substancia,confortã el higado y estomago, abren opilaciones de higado y venas,y ni estriñen ni ablandan el vientre, prohiben los ascos del estomago, y confortan su orificio,son de poco nutrimento. E dixo Paulo libro primo,capitulo. 81. que en librar la opilaciõ del higado erã de mas poder que las almendras.

Paulu. lib.1.c. 81.

CAPITVLO

19. De los datiles, que se dizẽ en Latin Palmule y Phenices, y de sus especies y qualidades en quanto alimento.

Los

LOS datiles, segun Galeno en el segundo libro de alimentis, cap. 24. son en dos maneras. Vnos son estreñidos y secos, que se dizen Aegypcios, otros blandos, y humidos y dulces, que en Griego dizen Cariotes, a los quales llama el Serapion Rorab. E dize q̃ estos por su dulçura los llaman Zucharinos, quiere dezir. de sabor de açucar, y dize, que estos son menos calientes, y que ablandã el vientre, y son lenitiuos, y rectifican el estomago. Finalmẽte son vn genero de datiles que traen de Berueria, q̃ en nuestro comun hablar se dizen Tamares, son menores que los datiles communes, y son mas blandos, y mas dulces y tiernos, ansi los vnos como los otros son calientes y humidos en segundo grado, como lo dixo Isac en las particulares dietas. Engendran gruessa sangre, son difficiles de digestion, y con todo esso son mas digestibles q̃ los higos passados, y mas abridores. Pero a los q̃ vsan dellos les acontesce opilacion, e con-

Isac in parti.

constipaciõ, e tumor en higado y baço, son dañosos para los dientes y enzias, porque ellas relaxan: y porende conuiene que despues de comerlos, se lauẽ las enzias con algun lauatorio mũdificatiuo. crian almorranas, crian apostama en el higado, como lo dizo Haliabbas enel quinto de su theorica, cap. 19. causan dolor enel estomago y cabeça. Finalmẽte engendran vn gruesso mantenimiento viscoso, y algo vntuoso, opilan higado y baço, y offendenlos, son dañosos para el estomago caliente, y hazen squinancia, como lo dixo el Serapiõ enel capitulo Rorab, por autoridad de Rasis: y como dize el Galeno enel lugar acotado. Todos son de difficil digestion, dan dolor de cabeça, si como el dize se toman en abundancia. Lo mismo dixo Paulo en el primer libro, cap. 81. Empero segun enlas regiones que nacẽ, hazen diuersas operaciones, porque los de tierras caliẽtes, son de menos nutrimẽto y muy dulces y viscosos, presto se digeren y hume

Halia. 5. theo. c. 19.

Gal. 2. de ali. c. 24.

descen el vientre, y constipan y opilan mas el higado y baço que los de mas, y daña mas la cabeça. Los de tierras frias mantienẽ menos que todos, y por su indigestion y crudeza desciendẽ tarde dl estomago, y por su estreñimiento durã mas: empero cõfortã el estomago mas que ningunos: los q̃ son de tierras medianas en frio y calor, aunque esten perfetamente maduros no se puedẽ conseruar, porq̃ les falta sequedad por causa đ vn humor superfluo, đl qual hinchẽ todo el cuerpo y causan humores crudos que son materia de fiebres cronicas, y đ dias, y de ciciones, y calenturas, difficiles de quitarse. Estos vicios tienen mucho mas los verdes y rezientes, que los curados y añejos.

CAPITVLO 20. de las cerezas y guindas.

GAleno enel segundo libro de alimẽtis, haze mencion de dos especies de cerezas: vnas dize que son como las moras

moras sin ninguna adstrició, estas creo son con adstrictió: y dize, que son como las çarçamoras, y porende no trata dellas cosa alguna, sino que las remite al capitulo d̄las moras y çarçamoras. Em pero Serapiõ haze menciõ de tres especies, vnas dize q̃ son dulces, y otras põticas estreñidas, y otras azedas. Las dulces dize q̃ deſciendẽ presto del estomago, y sõ poco vtiles para el, a estas llamamos propriamente cerezas. Las estreñidas q̃ tambiẽ se dizẽ põticas, o austeras, es vna suerte de guindas, q̃ metidas en la boca luego dan dẽtera. Estas son demasiadamẽte agrias y asperas, son mas vtiles al estomago q̃ las cerezas, porq̃ estriñen el viẽtre, y las otras le relaxã, y por esso sõ cõtrarias a ellas. La tercera especie dellas, q̃ son las azedas, son las guindas comunes, estas dessecan mas que las põticas, y son inscisiuas, son vtiles al estomago flematico lleno de superfluydades, porque las cortan y desseca, mas que las segundas, que se dizen ponticas por su

Serapiõ.

 mu-

Rasis 23.cō. c. 67.

mucha estipticidad, porque como dize Rasis enel 23. de su continente, cap 67. El sabor azedo mas deseca, que el pontico y estreñido, y ansi compara las guindas alas granadas agrias. No se halla entre los autores la cōplexion de cerezas, e guindas. El autor de corono florida, dize, que las cerezos son frias y humidas, y mas humidas que frias. Empero si se toma el parescer del gusto, declinan vn poco a calor, parescese por su dulçura. Empero son đ mas humidad superflua pues vemos que muy presto se corrompen y podrescen. Las guindas son frias y secas, y algo adstringentes: digo las comunes y ordinarias, porq̄ las siluestres q̄ son las pōticas, son muy estreñidas, ansi las vnas como otras se deuē comer para refrescar antes de los manjares.

CAPITVLO

21. de las moras, y de su naturaleza en quanto a mantenimiēto.

Las

LAs moras se deuen considerar en dos maneras. o quãdo no está bien maduras, o quãdo estan bien y perfecta mente maduras. Las que no estan bien maduras, que son las azedas, son frias y secas, como lo dize Isac en sus particula res, tienen facultad de estreñir y confor tar el estomago y vientre, y porende va len cõtra dissenteria y camaras, especial si despues de desecadas al sol las dan he chas poluos. Principalmente conuienẽ a camaras colericas. Las maduras perfe ctamente que son dulces, declinan a ca lor y humidad, y mucho mas a humi dad. Estas si presto se despiden del esto mago, relaxan el vientre, y mueuen vri na, emperó si hallan algun manjar enel estomago, y se detienen con el tal man jar, conuiertense en corrupcion, y hazẽ daño al estomago y ala cabeça, empero si se toman estando el estomago vazio de majares, entõces biẽ se digeren, pero mantienẽ poco, y refrescadas en nieue, o en agua fria, enfriã demasiado, quitan

Isac. in die. par ticula.

la ſequia, y amatan el encendimiēto de la calentura, ſegun Raſis enel.3.de Almanſor, ſon templadamente caliētes y hazē haſtio enel eſtomago: pero las azedas por madurar, reſtriñen la ſangre cō gran vehemencia, y las bien maduras comidas en ayunas deſciendeu preſto del eſtomago, y deſembaraçan el vientre y tripas, para q̃ entren los otros manjares: y ſi tomadas en ayunas no deſciēden ſino que ſe detienen, humedeſcen, y no resfrian, ſino fueſſe que ſe comieſſen resfriadas en nieue, o agua, Finalmēte, comiendoſe en ayunas, deſcienden preſto del eſtomago, prouocan a vrina, engendran buen humor. Empero, ſi aū que ſe tomen en ayunas, halla enel eſtomago alguna ſuperfluydad fria y flematica, engendran ruyn humor, y preſto ſe corrompē, ſon viles al eſtomago colerico y caliente. La cauſa de deſcendir preſto del eſtomago, es ſu mucha humidad mezclada cō azedia, como lo dixo Auicena en el ſegūdo canon.cap. 499. adon-

Raſ.3. ad Almanſo.

Auic. 2.can. c.499

adonde comparo las moras alos higos. Todo lo sobredicho affirman Auicena en este lugar allegado, e Isac enel lugar allegado, e Rasis y Haliabbas en el. 5. de su theorica, y principalmẽte el Galeno enel 2. de alimentis.

Halia. 5. theo. Gal. 2. de ali.

CAPITVLO

22. de los higos rezientes, y de su naturaleza en via de nutrimento.

COMO lo dize Paulo Aegineta enl primer libro, cap. 81. Los higos y las vuas tienen principal alabança entre las frutas del otoño, porque su xugo es de menor malicia, y mantienẽ mas, empero los higos son de mejor xugo que las vuas. E dixo el Galeno, que el higo verde enel estio, y el passado en iuuierno, tienen el primado: en fin mãtienẽ mas, relaxã el viẽtre, y mueuẽ vrina, purgan los riñones, especial los higos q̃ estã biẽ maduros, entre los quales dize

Gal. 5. de sani. tuend.

Auic. 2. canō c. 283. Auicena enel ſegũdo canon,cap.283. es mejor el blãco,deſpues el colorado, deſpues el negro , y mientras mas perfectamente eſtuuierẽ maduros,mas ſon mejores y mas adelantados para no dañar, ſon humidos,y vn poco calientes,o comolo dizeHaliabbas enel.5.de ſu theorica. *Halia. 5. theo.* Son calientes en primer grado,y humidos en ſegundo. Proſiguio Auicena diziendo.Tienen mucho de naturaleza de agua.E mas dixo,que erã de mas nutrimẽto que todas las frutas,y que ſi fruta auia q̃ no dañaſſe eran ellos, eſpecial ſi eſtauan muy maduros,y que hazẽ ſudar,y expelẽ las ſuperfluydades al cuero,y que mitigan la ſed,y amatan el calor por ſu aguoſidad , y que ſon malos para el eſtomago, pero buenos para los *Gal. 2. de ali.* riñones y vexiga. Lo qual tambien afirmo Galeno enel ſegundo de alimentis,adonde dixo.Que con todo eſſo erã dañoſos para la inflamacion de baço y higado,hinchen de ventoſidad, y ſon lenitiuos,y no engendrã mal humor.Dize

zen algunos que cauſan ſarna y comezon, y piojos. En fin dixo Galeno enel lugar allegado, que no pudieron del todo huyr alguna malicia por ſer fruta de otoño. Engerdã mucho ellos y las vuas lo qual ſe pareſce en las guardas de las viñas, porque en eſpacio de dos meſes q̃ maduran las frutas, ſe paran bien gordos d̃ comer higos y vuas, e interpuniẽ do poco pan. Empero la gordura q̃ dan no es maciça, como la q̃ dan las carnes, ſino vna gordura laxa y vana, e ſophiſtica, la qual como preſto ſe cauſa, preſto ſe enſuelue y deshaze. Iſac en las vniuerſales dietas, cap. 26. cõſidero al higo en tres maneras, en la corteza, en la ſemilla, en la carne. Y dixo, que ſu ſemilla era como tierra, o arena ſin ningun nutrimento, y que ſu corteza es ſeca como cuero, y por ende dura de digeſtiõ. Empero que ſu carne es de bueno y mucho alimento, y que relaxa el vientre. Eſto todo ſe entiende de los higos rezientes bien maduros, porque de los

Iſac. die. uniuerſ. c. 26.

paſſados que ſe dizen en latin Carice, ſe haze eſte otro.

CAPITVLO

23. de los higos paſſados, y de ſu nutrimento.

Auic. 2. canō c. 283.

EL higo paſſado, ſegun dize Auicena en el 2. canon, cap. 283. es caliente en primer grado y ſutil, o como dize Iſac en ſus particulares, ſeco en medio del primer grado, es como dize el Auicena enel lugar allegado, en ſus effectos loable, aunque dize que no engēdra buena ſangre, ſino es comiendoſe con nuezes, o con almendras, porq̃ anſi ſe haze buen mantenimiento, y mejor con nuezes que con almendras: mundifica y alimpia con vehemencia, madura y reſuelue: y el higo que fuere de mas carne, mejor madura los carbunclos, ſu co cozimiento es vtil para las apoſtemas de la garganta, empero daña a las apoſtemas de higado, y baço. Por ſu dulcedum-

dumbre es conuenible para el pecho, y caña de los pulmones, y para toſes antiguas, y no es malo para el eſtomago como el verde, antes le alimpia đ ſus ſuperfluydadades ſi ſe come en ayunas, es admirable para abrir las vias y caños por do va el mãtenimiẽto, es en ſu ſuſtãcia ſutil, y tiene virtud de cortar y diuidir. calienta y haze ſequia y conuierteſe en colera: empero mantiene mas q̃ otra qualquiera fruta, y tiene menos ventoſidad: y ſi ſe topa enel eſtomago con humores ſuperfluos: hazeſe duro de digeſtion, y corrompeſe, y engendra ventoſidades y mala ſangre: pero ſi por el contrario halla enel eſtomago buenos humores y loables, digereſe facilmente, haze buena ſangre, y alimpia el cuerpo de malos humores, prouoca a orina, alimpia los pulmones y riñones y la vexiga ſino eſta vlcerada, porque ſi eſta vlcerada, ſera malo para ella y para qualquier miẽbro vlcerado, porla leche q̃ en ſi tiene occultamente, como lo affirmo

Auicena

Auic. 17. 3. tracta. 2. c. 12 Auicena en la. 17. del tercero tratado. cap. 12. no es libre de ventosidad, y si se come con manjares gruessos, haze mucho daño, y engendra muy gruesso humor, y porende se deue comer en ayunas, el q fuere flematico, coma despues de los higos, pimienta, alcarauea, cominos. El colerico, çumo de granadas agrias, si se cueze con el hysopo, quita la antigua tosse, e alimpia el pecho, es conglutinatiuo, conuiene a asma, e hidropesia, relaxa el vientre: y aunque conuiene al corrimiento del pecho, empero no al del estomago y tripas: como lo *Ras. 21 cont. c. 175.* dixo Rasis enel veynte y vno de su continente, capitulo. 175. Finalmente, como lo dixo el Galeno enel libro đ euchimia hazese de buẽ mantenimiẽto si se come cõ nuezes, o cõ almendras antes de otro mãjar en ayunas, y en poca quantidad. *Orati.* Por esso dixo Oratio. *Et nux ornabat mensas cũ deplice ficu.* Todo esto dixo Galeno enel. 2. de alimentis, e Haliabbas enel. 5. de su theorica, e Isaç, Auicena, Rasis en los lugares allegados.

CAPITVLO

24. de las vuas y su naturaleza en quanto a su nutrimento.

LAS vuas se consideran de muchas maneras: en quanto a su sustãcia, en quanto a su color, en quãto a su sabor, en quãto a sus partes, en quãto a la ora de su collecion, o de quando se cogierõ, en quanto a su maduracion. Si se consideran en quanto a su sustancia. Digo segun Isac en sus vniuersales dietas, cap. 27. Y segun Galeno enel. 2. de alimẽtis, que las vuas de mucha carne y poco xugo, son de mas nutrimẽto, y mas duras, las de mucho xugo y poca carne, no sõ de tanto nutrimẽto, pero tienen le mas loable, y son mas faciles de digestion: y porende las vuas q̃ dizen aluillas, o verdejas, son de mas loable mantenimiento, y mas faciles de digerir q̃ las jaenes, o negras, pero no de tanto nutrimento, si se consideran en quanto a su sabor,

Isa di. vni c. 27.
Gal. 2. de ali.

porque

porque las que son de vn gruesso y dulce sabor, son mas calientes: y porende mueuen mayor sequia y engendran gruesso humor, digerense con mas dificultad, hazen ventosidad y ruydo en las tripas, y opilaciones en baço y higado. Las q̃ tienen el sabor dulce y delgado, son tambien caliẽtes y humidas, y de mas facil de digestiõ, y ablandã el vientre, como lo dixo Galeno enel lugar allegado. E dixo mas, que las que sõ asperas al gusto, azedas, austeras, son de mas frio xugo, e porende son dañosas, no solo en no ablandar el vientre, empero en dar poco nutrimento, y ser tardas en penetrar. Las de vn sabor como de agua y subtil, tienen vn çumo frio, y mas facil de digerir confortatiuo de estomago, y que amata la sed, conuienẽ a los que son de complexiones templadas, y hazen salir la colera. Tales son las vuas llamadas verdejas y torronteses, y quanto al calor dixo Auicena enel segũdo canon, capitulo. 731. que la vua blanca es

Auic. 2. canõ c. 731.

ea es mas loable que la negra, *ceteris paribus*, porque como dize Isac en los lugares acotados. La blanca mantiene con presteza, digerese con facilidad, conforta el estomago, prouoca vrina. Empero la vua negra es difficil de digestion, conforta el estomago, no prouoca vrina: empero si bien se digiere da mucho nutrimento, sacadas las que dizen Castellanas que se digeren prestò y ablandã. Las vuas roxas y coloradas, tienen el medio, porque ni son tan faciles de digestion como las blancas llamadas aluillas y verdejas, ni tan difiiciles como las negras. Dixe aluillas, porque las blãcas llamadas jaenes sõ difficiles y duras mas q̃ las roxas llamadas arixes, y mas que algunas negras. Si se consideran en quanto a sus partes y qualidades, digo con Auicena en el lugar allegado: que la corteza de la vua es de buen nutrimento, y que conforta mucho el cuerpo, y que es semejante al nutrimento del higo, y que las vuas que tienen la cor-

la corteza, o hollejo ſubtil deſcienden con mas preſteza, y ſon menos ventoſas, las que tienen el hollejo grueſſo ſon al contrario. Finalmẽte, como dixo Haliabbas enel quinto de ſu theorica. Las vuas que ſon de delgado hollejo, y de mucho xugo aguoſo, ſõ mas loables. Y dixo mas, que el hollejo de las vuas, y ſus granillos detienen la digeſtion y el deſcenſo abaxo: y que porende quando ſe comen ſe deuen echar de la boca, ſi ſe conſideran en quanto a ſu collection, ſe deue dezir conforme al Auicena enel lugar allegado, que las vuas cogidas de dos, o tres dias, ſon mejores, que las que ſe cogẽ luego en la hora, porque las luego cogidas ſon muy ventoſas, y que las vuas colgadas quando no eſtan deſecadas, ſino arrugadas, ſon las mejores, eſtas ſon las d̃l inuierno. Porque las que allegã al verano, ya ſõ inutiles, y ſin prouecho. Dixe que eran mejores las colgadas que no eſtan ſecas ſino algo arrugadas, porque no tienen ya ventoſidad, y

Halia. theo.

ſe cõ

se cõsumio su superflua humidad, y por ende quedaron perfetas. Si se considerá en quanto a la maduracion, claro esta, q̃ las mas maduras son mas sanas: y por esta misma razon las colgadas son mas sanas que ningunas, si se colgaron maduras, como lo affirmo el Galeno enel libro de euchimia. Pues luego escojan se las mejores y echense de la boca sus hollejos.

Galen. libr. de euchi.

CAPITVLO

25. de las passas y su nutrimento.

DIZE Galeno eñl. 8. de compositione secundum locos, que la passa tiene vna semejança sustancial con el higado, y que porẽde le conforta. Y por esso dixo Auicena enel segũdo canon. cap. d. 231. La vua passada, es amiga del higado y del estomago, es buena para el dolor de las tripas, conuiene a renes y vexiga. Lo mismo dixo Rasis en el quarto de sus afforismos. Finalmente como sea

Auic. 2. canõ c. 231. *Ras. 4 afforis.*

las dulces son calientes, y que las austeras, confortan el estomago, y aprietan el vientre.

CAPITVLO

26. de las ciruelas, y sus propriedades para las comer.

Dioscorides enel libro primero dixo que las ciruelas damascenas restreñian el vientre, en lo qual no solamente paresce aver contradicho al Galeno en segundo de alimentis. Empero a todos los de mas, especial a Paulo Aegineta pues hablãdo dellas en su primer libro dixo, que agora crudas, agora cozidas, relaxan el viẽtre. Lo qual prouiene, como lo dixo Isac por razon de su viscosidad y humidad. Ay muchas diferẽcias dllas: empo todas se reduzen en dos, en ciruelas blancas, y en ciruelas negras, entrambas quando estan maduras, son frias y humidas, como lo testifica bien Auerroes enel. 5. de su colliger. Frias

enel principio del segundo grado, y humidas en fin del tercero, como lo dize Auicena enel. 2. canõ. cap. 536. Las vnas y las otras mantienen poco: las que son blancas, debaxo de las quales se entienden las de monje, las çaragocis, las redõdas que dizen de cebolla, y otras amarillas, largas y chicas, segũ Isac en sus particulares, son difficiles de digestion, dañosas para el estomago, relaxã poco, las quales no se deuen comer sino quando estan bien maduras y grãdes, con todo esso no pierden su malicia. Las negras, debaxo de las quales entran las damacenas, endrinas, en comun si estã bien maduras, son dulces menos frias q̃ las blancas, humedescen el vientre, y relaxãle, echan fuera la colera, pero si se vsan mucho dañan al estomago, las que son por madurar duras, austeras, verdes, sõ muy dañosas, no mantienen, fatigan el estomago, las coloradas que llaman chauacanas, son mas frias y humidas que las negras, y no tanto como las blancas, ni

Auic. 2. canõ c. 536.

Isac. die. par

tan

tã difficiles. Las mejores ciruelas de todas, son como digo las negras đ mucha carne, de sutil corteza, agras, y austeras vn poco, y que se comã ante los demas manjares: y esto ha de ser comun entre todo genero de ciruelas. Porque no dañen, deuen maxcar tras ellas almaciga, o lignaloe, y beuer vino añejo, o aguamiel. Esto deuen hazer los frios de estomago, y flematicos, porque los colericos y calidos de complexion, no tienen para que, son muy corruptiuas: y segun el Galeno enel segundo de alimẽtis, no se deue luego tras ellas comer otro mãjar, porq̃ lo lleuan luego trasi: en fin son mejores las damacenas, y despues las endrinas.

Gal. 2. alimẽ.

CAPITVLO 27. de las mançanas y su naturaleza en mantener.

ENtre las mançanas tambien ay muchas differencias, pues vnas son dul

ces que declinan a calor, y son de tẽplada humidad. A estas llama el Auicena Alcemia, que son las camuesas, y tienen ventosidad alguna, empero como dize Isac, tienen naturaleza de agua, y poren de son apredominio frias: y dize que sõ buenas para confortar el estomago, y refrescarle, y que son malas para las camaras de colera, Ay otras q̃ son muy aguanosas y desabridas, y estas son peores q̃ todas, y son de complexiõ frias y humidas, ni tienen dulçura ni agrura, engendran gruessos y flematicos humores, y no confortan el estomago, porque no tienen estipticidad, como lo dixo Auicena enel segundo canon, capitulo. 564. no tienen nutrimẽto. Ay otras que son austeras y azedas, cuya sustancia es de tierra frias y secas, conuenibles para estomagos, calientes y humidos. Las quales aunque confortan el estomago y tripas, engendran gruesso y duro humor, son dificiles de digestion, son tardas

Auic. 2.canõ c.564

das

das de passar por las venas, causan ventosidad, dañan los neruios. Em pero assadas son mucho mejores comidas antes y despues de los manjares: porque ansi confortan el estomago y echan lo malo y nociuo del, todas tienen virtud de confortar los miembros principales en especial el coraçon, y por su olor, confortan el celebro con su guesso humor dañan la segunda y tercera digestion, y dizen los sabios Auenzoar, y Auerroes en el quinto de su colliget, que pueden engendrar ptisica, porque su vẽtosidad es de tan maligna naturaleza, que caua y ara las arterias de los pulmones. En conclusion confortan el coraçon y estomago, y si se assan pierden todos sus daños. Las que son por madurar, son duras como madera, dan dolor de estomago, son causa đ engẽdrar fiebres largas, indissolubles, su çumo no passa por las venas, tienen todas mala naturaleza contra los neruios. Beuã tras ellas vino

Auer. 5. coll.

puro en poca quantidad, y maxquen lignaloe los que fueren flematicos.

CAPITVLO

27. de las peras y ſus propriedades en quanto nutrimento

LAS peras, como lo teſtifica el Galeno enel libro. 6. de ſimplicium facultatibus, no ſon de vna complexion, ni yguales: porque vnas ſon como de naturaleza de tierra duras y auſteras y eſtreñidas, otras ſon de naturaleza de agua dulces. Lo miſmo dixo Auicena enel. 2. canon. cap. 540. diziendo. En las peras ay naturaleza de tierra y de agua. Finalmente, vnas ſon auſteras que ſe dizen eſtreñidas, otras dulces, otras deſabridas. Las auſteras, o eſtreñidas, que ſon las ſilueſtres, o las por madurar, pues anſi vnas como otras ſon eſtreñidas, ſon frias y ſecas, como lo dize Auerroes en el quinto de ſu colliget, ſon duras, grueſſas, terreſtres, compueſtas de ſuſtancia aerea

Auic. 2. canō c. 540.

Auer. 5. colli.

aerea y terreſtre. Eſtas no ſon vtiles ni de buen ſabor, mantienen poco y no tã to como las dulces, prouocan a hazer camara, y confortan las tripas y eſtomago ſi ſe toman deſpues de los manjares, detienen el vomito de colera, pero por ſu aſpereza yauſteridad dañan a los neruios del eſtomago: por lo qual es meneſter buſcar ingenio para que ſe paren blandas y pierdan ſu aſpereza. Conuiene a ſaber, que ſe cuezgan, o ſe pongan colgadas al vapor de la agua que hierue, o ſe embueluan en maſſa, o eſtopas y ſe aſſen, o ſe echen hechas pedaços en miel. Empero ſi eſtan bien maduras no ſon tan frias y ſecas, engendran enel eſtomago loable humor, y mejor q̃ los membrillos, como lo dize Iſac en ſus particulares. Si en ayunas ſe toman, eſpecial las por madurar, engendran paſſion, colica, ſi ſe comen haſta hartar, y ſon dañoſas al eſtomago, como lo dixo Dioſcorides, no tomandoſe por via de medicina ſino por gula, porque por via

Iſac. die. par

de medicina,o remedio para confortar, mejor ſe toman en ayúnas, que no deſpues de comer, porq̃ deſpues de comer ſon mas laxatiuas y comprimen las partes ſuperiores del eſtomago, y enflaquecen la virtud retẽtriz de abaxo,y eſto es comũ a todas las peras. Las dulces ſon compueſtas de ſuſtancià de agua , y de ayre,ſon mas ſubtiles, y mas templadas y mantienen mas,y porẽde dañan menos al eſtomago.Sõ eſtipticas algo:empero no tanto como las por madurar, ſilueſtres , ni han meneſter prepararſe, anſi.Empero las que ſon dulces mucho que ſon como dize Auicena enel lugar acotado , a manera de agua de açucar congelada, las quales dize q̃ en ſu tierra ſe llaman,Senabruti, que ſon grandes y muy redõdas de corteza ſubtil Sõ templadas , y menos frias que ningunas:y porende calientes. Acreſciẽtã la digeſtion,ſon para los eſtomagos frios y ſecos. Ay otras de mucha ſuſtãcia đ agua, frias y humidas , deſabridas ſon peores

que

que ningũas,laboriosas para el estomago. En cõclusiõ,todas las peras estriñen el vientre, engendrã colica, dañan a las tripas,al longaon,y recto enteſtino, como lo dixo Rasis enel.4. de sus afforismos, y porende se deue beuer tras ellas aguamiel con pimienta y canela, o aloxa,y si se cuezen con hongos, pierdẽ de su malicia,como lo dixo Auicena enel lugar allegado. Despues del manjar hazen venir camaras, son muy escogidas las q̃ se dizen moxcateles,como son en nuestra tierra las de sant Syluestre, tras ellas las vinosas.

Ras.4. aphor.

CAPITVLO

29.delos aluarcoques,llamados en Latin præcoces,y d̃ las aluerchigas llamadas en Latin poma Armeniaca,y d̃ sus prouechos.

LOs barbaros debaxo deste nombre Chrsomela, cõfundẽ en si los aluarcoques, q̃ en Latin piẽso se llamã præcoces,y

ces,y las aluerchigas,que pienso se dizē en latin, armeniaca precocia. Empero ni al aluarcoque, ni a la aluerchiga, le conuiene,este nombre,porque segun q̄ se interpreta este nombre Chrisomela, quiere dezir mançana dorada,o de oro, el qual nōbre,segun he leydo,es de cierto gen̄ro de mēbrillo muy loable,chico y oloroso. Dexado pues esto a parte,dezimos, q̄ ansi los aluarcoques,como las aluerchigas se llaman prǫcoces, porque es vna fruta mas temprana que ay entre el genero de mançanas,porque precox,significa cosa temprana,o cosa madura temprano. Pues en comun pienso,que los barbaros interpretando a los Arabes dixeron a la aluerchiga Chrisomela.Prueuolo,porque el interprete de Rasis enel.23.del continente,cap. 742. dixo. *Chrisomela frigida & humida sunt in medio tertii & assimilantur persicis, &c.* Las chrisomelas son frias y humidas en medio del tercero grado, y parescense a los duraznos priscos, por lo qual se con

Rasis. 23.cō-tinē. c. 742.

sta

ſta, q̃ entiende por las aluerchigas, porq̃ cierto en ſu figura y ſabor, color, pareſcen a los duraznos, aunque ſon menores. Y en otra parte mas arriba dixo el miſmo *Præcoqui meliores ſunt pro ſtomacho perſicis.* Quiſo dezir, que los aluarcoques ſon mejores para el eſtomago que los priſcos, o duraznos, De dõde cõſta por la diuerſidad de los nombres: que vnos ſon los que ſe dizen, precoces apar dlos barbaros, y eſtos ſe interpretã los aluarcoq̃s, y otros los q̃ ſe dizẽ Chriſomelas, q̃ ſon las aluerchigas. Acercade los Latinos ay poma Precocia, y ay, poma Armeniaca, e ya cõſta, q̃ la poma precocia ſe dizen los aluarcoques, y que por la armeniaca no tenemos que entender ſi no las aluerchigas. Y hablando el Galeno enel. 2. de alimentis de entrãbas frutas dixo. *Præcocia tamen armeniacis præſtãt.* Quiſo dezir, que los aluarcoques ſon mejores q̃ las aluerchigas. Pues en aq̃l capitulo no va hablando ſino de la fruta mas temprana, entre el linage de mã-

çanas

çanas:empero sino se confundē los nōbres. Auicena enel.2.canō.c.147.dixo, que las Armenias erā las mejores, y no les vinie tan presto la azedia ni la corrupcion, entendio a mi ver, de las aluerchigas: pues esta claro que no les viene azedia y corrupcion tan presto como a los aluarcoques, sacase por lo menos de sto, q̄ las q̄ se dizē Armeniacas, son las aluerchigas. Finalmēte, ansi los aluarcoq̄s como las aluerchigas differen poco, y quasi son de vna misma qualidad. Porq̄ segū Auicena enel lugar acotado, e Isac en sus particulares, son frias y humidas en segundo grado, facilmente se corrōpen, engendran flema gruessa y viscosa, en la concauidad del higado y baço, y por ende son causa de calenturas: y son vna fruta de todas maneras malina, y deuēse comer en ayunas al principio de los manjares, porque al cabo nadan encima de la comida, y presto hazen azedias y corrupciō. Y si del todo se corrompen, engendran humor venenoso, hinchan

Auic. 2.canō c.147

Auic. ibidem

hinchan mucho, conuienen empero pa
rala roxa colera, ſino q̃ amatan el calor
natural del eſtomago y le debilitan, hin.
chen la ſangre de agua, e ichores, y ſon
para el eſtomago algo mejores que los
duraznos y priſcos, como lo dixo Gale- *Gal. 2. de ali.*
no enel lugar acotado. Deſpues de ſe-
cos infundidos pertenecſcen a las fiebres
agudas, empero las aluerchigas no ſe
corrompen ni azedan enel eſtomago,
tanto como los aluarcoques, como lo di *Auic. ibidẽ.*
xo Auic. eñl lugar acotado. Corrigenſe
los daños anſi d̃las aluerchigas como d̃
los aluarcoq̃s, ſi tras ellas ſe toma alma-
ciga, y anis en quantidad de vna drac-
ma, y beuer luego vnos tragos de vino
puro, o de miua de membrillos. Al fin *Raſis. ibidem*
concluyo Raſis enel lugar allegado, que
creye, que no ſe halla fruta que mas en
frie que ellos, de los quales dixo Paulo *Paul. libr. 1.*
en ſu primero libro. *PRAECOCIA & rhodacina & armeniaca perſicis meliora ſunt, neque enim aceſcunt neque ſimiliter corrumpuntur, ac ſunt etiã delectabiliora.* Quie
re de

re dezir. Los aluarcoques, aluerchigas, ſon mejores que los duraznos priſcos, y no ſe azedan ni çorrompen tãto, y ſon mas deleytoſas al guſto, confortã el coraçõ. Guardenſe dellas las mugeres, los flacos de eſtomago, los frios, los que ſuelen tener dolor de tripas y riñones, y de hijada.

CAPITVLO

20. De los duraznos y priſcos, y de ſus propriedades en quanto alimento

LOS duraznos, y los priſcos differẽ poco en ſus qualidades, y en ſu ſuſtãcia, y nutrimento, porque anſi los vnos como los otros ſon frios y humedos, y engendran flema. Empero, como dize Haliabbas enel. 5. de ſu theorica. cap. 19. El que es tierno y blando, que ſe ſaca de ſu hueſſo, o cuexco, ſin dexar enel carne que es el priſco, mas preſto ſe digiere, y

Halia. 5. theo. c. 19.

mas presto desciende del estomago, empero el que tiene su carne apegada al cuexco que no se puede del todo desassir del, que es el durazno. Este tal es de dura sustancia, y es mas guesso y difficil digestion, y destos duraznos ay dos differencias, porque vnos son grandes y blācos y bellosos de poco color, y otros son pequeños lisos, roxos cetrinos. Los primeros son dulces y agros de mas humidad y viscosidad, y porende se cōuierten en flema guessa y viscosa, y en corrupcion. Paresceseclaramente su corrupcion, porque si los horadan con hierro y los ponen dende aun poco a las narizes, se siente vn olor de podredumbre y corrupcion. Empero los q̄ dellos fueren menores, son mas olorosos, y mas remotos de corrupcion. Finalmēte tienen admirable propriedad para quitar; el hedor de la boca q̄ prouiene del estomago, y los que dellos son por madurar, estriñen el vientre, y los q̄ estan ma duros, ablandan el vientre, especialmen

te los priscos,y deuense comer en ayunas,porque despues del manjar nadã sobre el,y se corrõpen. Empero antes del manjar son faciles de digestion, y los q̃ son secos,q̃ llaman orejones, son tardos de digestion, y no son de buen nutrimẽto, pero los maduros y humidos mueuen el appetito, son vtiles para el estomago caliẽte,valẽ contra la sequia, e inflamaciõ del estomago, amatã el calor natural, quitanse sus daños y vicios beuiendo tras ellos aguamiel cozida,y comiẽdo agengibre y miel. Los duraznos adobados en conserua de miel, son vtiles para los pulmones,porq̃ por la miel en que estan se quita su grosseza. Y segũ dize Isac en sus particulares, son frios y humidos en segundo grado, y son muy semejantes a las aluerchigas, que el llama Chrisomilla,deuese beuer tras ellos vino puro,quando no vuiere a la mano aguamiel:valen contra el dolor del coraçon y de la boca del estomago,que se dize Cardiaca pasion. En fin tienen vn

Isac die. par

señala-

señalado y singular prouecho, que es en mendar el hedor de la boca, como lo dixerõ Auerroes enel quinto de su colliget, y Auenzoar en su Thersis cap. 1. To do lo sobredicho affirmaron Auicena enel. 2. canõ. y enel. 22. del tercero tratado. 2. cap. 21. y Gal. enel. 2. de alimentis. cap. 18. De los melocotones no hallo autor que hable, sino que son cierto genero de duraznos compuestos de sustancia de agua y de tierra, y porende son frios y no tanto humidos como los duraznos, por la sustancia terrea y seca que tienen en si mezclada, y por esso no son tan faciles de corrupcion, y son mas confortatiuos del coraçõ y estomago y tripas, y finalmente son no poco estipticos por donde les viene aqlla virtud de confortar, por su olor dan fuerça al celebro y enmiendã el mal olor de la boca mas q̃ los duraznos: empo sõ de mas gruesso xugo, y mas difficiles đ digestiõ, no se deuẽ comer sino en ayunas. y tomar tras ellos agẽgibre, canela, y beuer vino puro

Autr. 5. coll. Auic. 2 canõ Galen. 2. de alimen.

añejo,tomados despues de otros manja
res los corrompen y hazē descendir cō
presteza, y sino descieńdē con ellos sino
que se detienen se tornan veneno,y cau
san calenturas cronicas. Empero quitā-
sele estos daños si se assan y comen con
açucar,y ansi son faciles de digestion,e
muy conortosos para los miēbros prin
cipales. En conserua con miel son muy
pectorales,y su guesso xugo, se adelga-
za , y son de buen nutrimento, y muy
confortatiuos,en especial si se adereçan
con especias. Algunos dizen que se en-
gendran de enxerirse el membrillo con
el durazno,e que porēde tienen proprie
dad del vno e del otro , y que del mem-
brillo, toma la austeridad y ponticidad
y color,y del durazno lo de mas. Empe
ro no he hallado a hombre que tal en-
xerto aya hecho,ni que aunque le haga
salga cō el effecto:ni he oydo dezir a na
die que tal se halle por esperiencia, sino
que es vn arbol por si de genero de du-
raznos , especialmente que se tiene por
regla

regla que para enxerirvn arbol en otro deuen los arboles tener en si alguna affinidad,o proporcion para que prendan pues dize Aristoteles, que es mas facil el transito entre los que guardan symbolo, o semejança, que no donde no se guarda, porende, como el durazno sea fruta de cuexco y no el membrillo, no se halla entre ellos essa semejança ni affinidad para q̃ prenda el vno enel otro.

CAPITVLO 31. de los membrillos, y de su natu raleza para se comer.

LOS mẽbrillos,como lo dize Auerroes en el quinto de su colliget, son de mas gruessa sustancia, y mas estipticos q̃ las peras, y porende son mas frios yen su olor ay admirable propriedad cõtra todas las passiones del coraçon. Los que son azedos y austeros son frios en el fin d̃l primer grado, y secos enel principio del segundo, como lo dixo Auicena

Auic. 2.canõ c.156. na enel.2.canon,cap,156. Empero los q̃ ſon dulces,ſon de ſuſtãcia de agua y en complexion templados declinantes algo a calor,y por eſſo resfriã poco, y por ende no confortan tanto el eſtomago como los primeros,y no conuienen al eſtomago caliẽte, ni a los vomitos ni camaras de colera,pero los membrillos deſabridos ni azedos, ni dulces ſon los peores de todos,porque ſon frios y humidos, y mas frios que humidos, y no confortã el eſtomago como los de mas ni dañan al calor como los azedos, ni mantienẽ como los dulces, ſino que engendran vn humor flematico y crudo, *Iſaac di par.* como muy biẽ lo diſtinguio Iſac en ſus particulares dietas, ſi ſe comẽ antes del manjar: confortã el eſtomago y tripas, y detienẽ y aprietã, y reprimẽ el fluxo de colera y el vomito, eſpecialmẽte los azedos y eſtipticos, mayormente ſino ſe toma manjar haſta que ſe ayan bien digerido: Empero comidos deſpues de otros manjares mueuẽ mucho a cama-

ra,y

ra,y hazen deſcendir los mãjares antes que ſe digierã,Comiendolos muy a me nudo offendẽ los neruios,y cauſan paſſion colica,tienen ſobre todas las frutas mayor auſteridad,y cauſan mayor detẽcion. Si ſe comen como digo en ayunas amanſan la ſed y la borrachez,ſuelẽ hazer podredũbre en las tripas, pero quitanſe ſus vicios ſi ſe comen aſſados,y deuenſe aſſar,ſegun dize Auicena enel lugar allegado. Deſta manera. Hanſe primero de ſacar ſus pepitas y poner dentro miel,y embarrarſe por ɗ fuera,y ponerſe enel reſcoldo viuo. Comidos deſta manera en ayunas, o al principio de los manjares,tienen todas las vtilidades dichas , y no offenden a los neruios , ni cauſan colica. Y fuera deſto dizen que mueuen vrina,como lo dixo Raſis enel libro.22.de ſu continente,capitulo.384. Todo lo ſobredicho dixeron Auicena, Auerroes,Iſac.Raſis en los lugares acotados,y Galeno enel.2.de alimenris.

Auic. ibidem

Raſ. cõtin.22. c.384.

CAPILVTO

32. De las Granadas, y de su naturaleza, en quanto alimento.

LAS granadas ansi agrias como dulces, segun dize el Galeno enel segũdo de alimentis, dan poco alimento al cuerpo: y porende dize, que nunca las comamos por razon de mantenimiento, sino por razon de remedio medicinal, especialmente si son agrias, pues destas no se ha de vsar sino para aplacar el calor del estomago y higado. Cierto las dulces son blandas y engendran buenos humores, y expellen los humores podridos del orifico del estomago, y dã appetito de comer, segũ que lo dixo Rasis enel. 4. de sus afforismos: son frias y humidas enel primer lugar, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 320. Ablandan el pecho y confortanle, conuienẽ al tremor del coraçon, y alimpian la boca del estomago. Son conuenibles al estomago por la estiticidad sutil

Ras. 4. aphor.

Auic. 2. canõ

til

til que tienẽ: empero suelen dañar a los que tienen calenturas, no refrescan y hazen inflamacion y sequia: y porende no conuienen a personas calientes. Mueuẽ vrina, aunque no tanto como las agrias finalmente agras y dulces. Son mundificatiuas, y estipticas, quiero dezir, q̃ alimpian y estriñen. Empero las agrias tienẽ esta propriedad mas que las dulces. Las que el Auicena llama Muza, que son agradulces, son segun el dize enel lugar allegado: mas iuuatiuas para el estomago que los membrillos y mançanas, pero que su grano es malo. Entiendese la cibera. E dixo mas, que las agrias son asperas para el pecho, y que las agradulces que llama Muza, son vtiles para su inflamacion, y q̃ las agras dañan el estomago: y que los granos de las granadas son malos para el, y que es mejor que el que tiene calentura los chupe despues del mãjar, porque el humo y vapor de los manjares no suba a la cabeça, que no permitir subã las malas materias de

abaxo

des no vengan al estomago y tripas, y su cozimiẽto es vtil a las vlceras delos inte stinos, y para el manar đ las humidades antiguas de la matriz. Son frias y secas enel segundo grado, como lo dixo Auicena enel lugar acotado.

CAPITVLO

31. de las açufeysas, llamadas en Latin iuiubę, y delos nespilos, y de sus propriedades para quanto hazen al caso para la sanidad.

LAS açufeysas como lo dize Auicena enel. 2. canon. cap. 370. Son frias enel primer grado, y tẽpladas en sequedad y humidad, a la qual declinan: y dixo dellas el Galeno, q̃ no hallaua enellas obra para la conseruaciõ de la sanidad, ni para quitar la enfermedad. Sõ malas para el estomago, de difficil digestion, y poco nutrimento, pero son vtiles para el pecho y pulmones, empero quando estan

estan estipticas y por madurar, aplacan la acrimonia de la sangre,y quando allegan a maduracion, ablandã y humedescen la aspereza del pecho y pulmones engendran flema:y porende huyan dellas los de fria complexiõ, y de frio estomago,engruessan la sangre, y hazen la vescosa. Todo lo sobredicho affirmarõ Auicena enel lugar allegado,Rasis enel tercero de Almansor.cap. 20.y enel. 21. del continente.Isac en sus particulares. los Nespilos,como lo dixo Isac, sõ frios y secos en primer lugar, confortã el estomago,quitan el vomito y camaras colericas,y dize que prouocan a vrina, mantienen poco,y engendran gruessos xugos,y son mejores para antes del manjar que para despues. Empero Auicena en el segundo canon,cap.757.dixo que detenian todo fluxo,y que causan dolor de cabeça mas que otras ningunas frutas,y que son malas para el estomago, y que detenian y restriñen la vrina, al qual parescer mas me allego. Llaman al ne-

Auic. ibidẽ. Rasis. 3.ad almã. c. 20.

al neſpilo Tricoccum, porque tienẽ tres gueſos, reprimen la colera, conuienen a eſtomagos calientes, dan fuerça al vientre y eſtomago: y porende ſe deuẽ vſar mas por via de remedio medicinal, que no de alimento, como lo dixo el Galeno enel. 7. de Simplicium facultatibus, y enel libro de euchimia. Sacanſe deſtos autores dos contradiciones. La primera, que dixo Iſac que mueuen vrina, y Auicena que la detienen. La ſegunda q̃ dixo Auicena, que eran malas para el eſtomago, y Galeno q̃ le confortauan, y Serapiõ dixo q̃ eran buenos para el eſtomago: yo quiero mas creer al Galeno.

Gal. 7 de ſim.

CAPITVLO

32. de los limones y narãjas, y de ſu naturaleza para los manjares.

DE los limones ay pocos que hablẽ, empero diremos dellos lo que ſe puede por autoridad y eſperencia hallar. De los quales dixo el autor de las pande-

pandetas, que su azetosidad es fria y seca, como todas las de mas cosas azedas y que el xaraue que se haze dellos vale contra fiebres pestilenciales, fiebres malignas de tauardillo, y q̃ su olor conforta al coraçon, tienen mucho çumo azedo, apto para salsas, y tambien se come aparejado con sal. Es su çumo frio en segundo grado, es sutil, penetratiuo que corta los humores gruessos, y mueue el appetito, conforta al estomago por la sequedad que tiene de vn poco de sustancia de tierra, por la qual engendran melancholia, y constriñen el vientre: y por ende se saca que son estipticos y estreñidos, son de poco nutrimento y gruesso, y desminuyen la carne y sangre, si se comen muy a menudo, y hazen los cuerpos magros, son buenos por via de salsa, y no para todos estomagos, sino para los calidos sin appetito. Ay tambien otra suerte de limones dulces, los quales aunque por su dulçura declinã a calor. empero son de qualidad y naturaleza

de

agua, frios y humidos. Las cortezas dellos, ansi đ los dulces, como đ los agrios, son agudas al gusto, aromaticas, desecan en grado primero, son calidas, porque se vee claramente que resquemen vn poco. Laguna dize que son muy tẽpladas en calor y frialdad, y aunq̃ ayudã a digerir, son difficiles de digestiõ, el çumo de los agrios quita los barros, y qualesquier manchas del rostro, beuido mata las lõbrizes del cuerpo, deshaze las piedras de los riñones y purgalas. Las Naranjas, que llaman los praticos, arancia, o aurancia, o malamedica, son en dos maneras, dulces, y agrias. Las dulces son de naturaleza y sustancia de agua, y por ende son frias y humidas, aunque declinan a calor: y porende son dulces, no son tan dañosas al estomago como las agrias. Las quales dañan al estomago frio, pero no al caliente y colerico: quitan la acrimonia de la colera, aunque su corteza en conserua de açucar, o miel, conforta al estomago,
su

ſu çumo muerde el eſtomago,y agraua la cabeça:los que ſon amigos đllas,eſcojã las mas coloradas y liſas,đ mas grueſſa corteza, porque eſtan ſon las mas maduras,y mas dulces,y que menos dañan al eſtomago. Deuẽſe guardar de comer muchas dellas porque offenden el eſtomago,como ſea impoſsible que dexen de tener agro.

CAPITVLO

34. En donde ſe demueſtra la naturaleza y propriedad,y ayuda đ la cidra,y de ſus partes.

LA cidra tiene quatro differẽtes partes,corteza,carne, azedo, ſemilla,de todas eſtas partes trãtaremos por ſu orden,la corteza , como dize Auicena en el ſegundo canon, cap. 120. Es caliente en primer grado,y ſeca en fin del ſegundo,y ſegun Galeno,deſeca no con poca agudeza : y porende es ſeca en tercero grado, y templada en frio y calor aunq̃ declina

declina vn poco a calor, quando esta co-
lorada, es olorosa y es difficil de digestiõ
por su dureza y sequedad: y si se pusiesse
en los manjares ayudaria a la digestion
como las de mas cosas calientes, y quan
do se toma en poca quantidad conforta
el estomago. Ansi lo quiso el Galeno en
el libro de solutione continua, diziẽdo,
que si se pone en conserua en poca quã-
tidad, cõforta el estomago, y en mucha
le agraua, porque es de dura digestion,
es resolutiua como su semilla, y si se po-
ne entre paños, o sedas, preserua de pu-
lilla, y su olor retifica la peste y corrup-
cion del ayre, y su cozimiento haze buẽ
olor, y detiene el vomito, y mueue appe-
tito, y tiene virtud de quitar veneno, y
confortar el coraçon, como lo dixo Ra-
sis en el quarto de de sus aphorismos, y
Auicena enel lugar allegado. Y dixo, su
carne blãca, es caliente y humida en pri
mer grado, y que segũ algunos era mas
fria q̃ humida: y ansi lo quiso Rasis por
autoridad de Aben Mesue, diziendo, q̃

Galen. libr. de sol. cõt.

Ras. 4. aphor.

la carne blanca de la cidra era fria y humida en primer grado, y mas fria que humida, y que se detiene enel estomago, y es de tarda digestion. Empero, como lo dize Auicena enel mismo lugar: tiene fuerça de hinchar, y porende es mala para el estomago, y es de tarda digestion: y es cōtraria al pecho. Y por esso, dize que se deue comer con cierto correctiuo, que el llama Almuri, que es salmuera: y ni mas ni menos con miel, porque ansi es mas saludable, y rescibe mejor la digestion, sino se come en mucha quantidad. Y no comiendose ansi, causa tambien colica. En fin, es dura y maciça, y porende haziendo della comida, se digere con diffic ultad, y passa tarde del estomago, y engendra humores gruessos y frios: como lo affirmo Isac en sus particulares, y Rasis enel mismo lugar allegado arriba. Empero, su azedo de la cidra es frio y seco en tercero grado, y segun dize Isac en segundo. Es estreñido, o estitico, y refrena mucho la ro-

la roxa colera, aplaca el tremor del coraçon que prouiene de calõres buen mãtenimiento para los pulmones y gargãta, conuiene a las camaras colericas, tiene virtud incisiua que adelgaza y refresca: porende mitiga el calor del higado, y conforta el estomego, porque mueue el appetito, socorre perfectamente a la sequia, y quita la tristeza y passiõ de coraçon: estriñe las camaras. Esto dixo Rasis enel mismo lugar de arriba, e Isac en sus particulares, Galeno enel libro de solutione continua Emperò su semilla, como ay lo dize Auicena, es caliente en primer grado, y seca enel seguudo. Es conuenible para lar almorranas tomada con vino y miel y agua calieute, particularmente resiste a la mordedura del alacran, vntando por defuera a qual quiera venenosidad, relaxa el viẽtre, y su cozimiẽto da buẽ olor, y beuido es bueno cõtra qualquier põçoña. Finalmẽte conuiene que la cidra se coma por si sin manjar alguno, ni antes ni despues, ni

mezclado hasta tanto que se aya digerido: y si se come despues de otro manjar haze indigestion, y en conserua conforta el estomago y coraçõ, y causa buena digestion y buen olor de boca: lo qual se deue entẽder tomandolo en moderada cantidad, porque de otra manera agrauaria, como lo dixo Mesue en la distinction. 5. de su Grabatin.

Mesue dist. 5. Grabadin.

CAPITVLO 35. de las azeytunas y de su propriedad para se comer.

LAs azeytunas, segũ Dioscorides en su primer libro, Cap. 118. son de tres maneras, vnas llamo colymbades, que dixo ser buenas para las quemaduras, y que con salmuera confirman los dientes, y apretauan las enzias. Y otras dixo que eran rojas, y estas dixo que eran vtiles al estomago, y difficiles para las tripas. Otras dixo que eran negras perfectamente maduras, contrarias al estomago

mago

mago, y q̃ causan dolor de cabeça. Paul. en su lib. 1. cap. 81. dixo q̃ las azeytunas erã de dos maneras, vnas dixo que se llamauan Drupas, y que eran agenas e incõuenibles para el estomago, y de gruesso xugo. Otras dixo que eran Colymbades: las quales guardadas en salmuera, o en sal y agua, y comidas al principio d̃ la comida mouien la gana del comer, y hazien venir camara, especial si estauan adobadas con vinagre y miel, o cõ solo vinagre. Lo mismo quiso dezir Galeno enel lib. 2. de alimentis, donde hizo diferencia entre las azeytunas caducas, o caydas, q̃ son las que de maduras se caen de los arboles: y entre las llamadas Colymbades o Halmadas, de las quales dize, q̃ comidas ante delos manjares mueuen camara: especial comidas con garo o salmuera. Las caducas o caydas dize q̃ tienen mucho azeyte, y las colymbades mucho xugo styptico y poco azeyte. Venidos a lo que dize Isac, y los demas Arabes es, que las azeytunas se deuẽ con-

Paul. lib. 1. c. 81.

Gal. 2. de alim.

ſiderar de tres differẽcias. Vnas ſon verdes y por madurar, auſteras, o eſtreñidas: y a eſtas llaman azeytuuas de agua, y eſtas dizen que ſon de ſuſtãcia de tierra, porque eſtriñen mucho, y no tienen caſi nada de azeyte. Deſtas dixo Raſis enel tercero de Almanſor, capitulo.19. que eran calientes y ſecas, y que comidas ante del manjar mouian a camara, y confortauan la boca del eſtomago. Y eſtas ſon a mi pareſcer las que los Griegos dizen Colimbades, pues ſon las no maduras; que el Galeno differencio de las caydas y bien maduras que tienen mucho azeyte, las quales ſon caliẽtes y humidas templadamẽte, como lo dixo Auicena enel ſegundo canon, cap. 529. Adõde dixo, que las azeytunas por madurar, o no maduras eran frias, y las maduras eran calientes. Pero haſe de aduertir, que como las azeytunas verdes puedan eſtar adobadas, o por adobar, las que eſtan adobadas, eſpecialmẽ te

Raſ.3. ad Almanſo. c.59.

Auic. 2 canõ c.529.

te con vinagre y miel, o con ſalmuera ſe dizen las Colymbades, y mueuen camara por la irritacion que en ſi tienen del adobo, pues ſiempre ſe preparan con ſal. Deſtas dize Iſac en ſus particulares, que encienden la ſangre, y muerden los neruios del eſtomago, y que ſon difficiles de digeſtiõ por la mucha groſſeza de ſu xugo, y por ſu dureza, y que tienen poco nutrimento. Y por ſu adobio de ſal, dixo Raſis, que eran calientes: empero de yuſo ſon frias y ſecas, y por razon de no eſtar maduras. Y anſi tambien lo dixo el Auicena enel lugar allegado: y porende las verdes que no eſtã adobadas que ſon frias y ſecas, ſon las q̃ llama el Paulo Druppas, q̃ ſon las mas innutiles para el eſto mago, y ſon las que perfectamente llamã los Barbaros azeytunas de agua, porq̃ ningun azeyte tienen, por lo qual no mãtienẽ nada. Empero las adobadas que llamamos, Colymbades, ſi eſtã pre-

paradas con vinagre, como lo dize Isac son mas subtiles de substancia, y reprimen y refrenan la colera: mueuen apetito, especial si se comẽ, como el dize, en medio de la comida, y si se digieren dan buen nutrimento, confortan el estomago, sobre todas las azeytunas, Empero las que son maduras, son en dos differẽcias, porq̃ o no estan perfectamente maduras, o estan del todo maduras, las que perfectamente no lo estan, que son las bermejas, que llamo Dioscor. Flauas, o Iacyntinas, no son tá dañosas como las negras, por tener poco azeyte y poco estreñimiento, y porende confortan razonablemente el estomago, y hazen en el cuerpo vn humor roxo de su color, como las negras le hazen negro. Y ansi dixo el Gal. que las azeytunas roxas hazen vn humor como hiema de hueuo las negras q̃ son las perfectamente maduras, se bueluen con presteza en corrõpimiento, relaxan el estomago, humedescen el vientre, son calientes, y templadas

pladas en ſequedad y humidad, como lo dixo Iſac alli, y mas pareſcen humedas, porque tienẽ mucho azeyte, y porende tienen mucho nutrimẽto y grueſſo, difficil de digeſtion, aunque facil para mouer camara, la difficultad de ſu digeſtion les prouiene del azeyte, el qual haze nadar la comida en lo mas alto dl eſtomago, y no la dexa deſcendir al lugar de la digeſtion. La facilidad de mouer camara les viene por cauſa del azeyte que haze al eſtomago humedo y deleznable, por lo qual antes que el mãjar ſe digiera y cueza deſciende abaxo a las tripas, y porẽde en comparacion delas demas ſon vituperadas, y ſi eſtan adobadas con ſal ſe tornan colera, porque ſu azeyte preſto ſe inflamma y enciende, al fin como lo dize el Galeno en el.2.de la compoſicion ſecundum locos, dã dolor de cabeça, eſtas ſon las azeytunas q̃ los Arabes dixeron de azeyte. Y las no maduras llamaron de agua, no porque ſean de ſubſtancia de agua, q̃ antes ſon

de tierra, ſino porque tienen poco azeyte. Las Colymbades que ſon las no maduras empero adobadas, aũque ſon por madurar, toda via tienen alguna mas maduracion que las perfectamente verdes, y porende tienen algun azeyte, por el qual mantienen aunque poco, como lo dixo Galleno enel lugar allegado, al principio tienen eſtas vna propriedad q̃ echadas en agua abaxan y ſuben, y por eſſo ſe llaman Colymbades, lo qual les prouiene por lo poco que tienen de azeyte, el qual çauſa no deſciendan del todo. Empero las muy verdes como ſean todas de ſubſtancia de tierra, luego abaxan, y las muy maduras como tengan mucho azeyte y poco de ſubſtancia de tierra nadan ſobre el agua, ſino fuere en caſo que eſten muy mojadas, o llenas de tierra.

Gal. 2. de alimnt.

LIBRO quarto de auiso de sanidad de los manjares y guisados y confituras.

CAPITVLO primero, enel qual se enseña a conoscer la naturaleza y virtud y propriedad de los manjares compuestos, como de ensaladas, sabores, mixturas, salsas, pasteles, guisados, caçuelas para que no dañen a la salud.

Platina es el que muy diffussamente tracta de todos los generos de manjares cópuestos, y porque seria cosa de nunca acabar de contar por estenso todas las maneras de guisados, potajes, porque son infinitos, segun las costumbres de las familias, regiones de las casas, de las ciudades, porende es mejor redu-

reduzirlo a ciertas reglas generales, por lasquales qualquiera pueda venir en conoſcimiento đ la virtud y operacion de qualquier mājar compueſto, E porque para venir en conoſcimiento del cōpueſto es meneſter ſaber todos los ſimples que entran en el, conuiene a ſaber, que calidad tenga cada vno, y en que cantidad ſe deua poner, y de que virtud ſea, y que operacion tenga, y q̄ grado, y que prouecho, y que daño: y finalmēte que complexion reſulte de ſu compoſicion, es meneſter eſcudriñarlo con diligencia y cuydado: porque ſi el manjar compueſto ſe conſtituyeſſe de tres partes, de coſas frias las quales dañan al eſtomago, y de vna parte de coſas calientes que ſon conuenibles para el, en proporcionales grados: porque deſta manera la mayor parte es đ coſas frias: no ay que dubdar ſino que todo el compueſto ſaldrie frio, y porēde dañoſo al eſtomago, como claramente ſe pareſce: Empero ſi las coſas calientes que entran enel manjar compueſto

puesto fuessen mas q̃ las frias, o de mas intenso y fuerte calor, de suerte que mucho sobrepujassen a las frias, ciertamẽte todo el mãjar compuesto saldria caliente y tal se nombraria, Como dado caso que las cosas frias que entran en el tal mãjar compuesto fuessen tales en el tercero o quarto grado, aunque enla copia quiero dezir en numero, o muchedumbre excediessen las frias, pero no en fortaleza de frialdad, tal májar compuesto se nombraria caliente y no frio. Lo que emos dicho de los manjares frios y calientes lo mismo se deue dezir de los secos y humedos, y lo mismo de los q̃ dañan a algun miembro, y de los que le ayudan y aprouechan, Porque si delas cosas de comer que entran en algun manjar, la mayor parte es dañosa, y la menor vtil y prouechosa, todo el manjar compuesto sera dañoso, Empero por el contrario sera prouechoso, y desta manera y via qualquiera terna algun conoscimiento para saber qual sea la naturaleza

leza, la complexion, la propriedad, la obra y effecto de qualquier ensalada, guisado, de qualesquier sabores, y mezclas y salsas, y pepitorias, pasteles, y que sean sus prouechos y vtilidades, y q̃ seã sus daños. Si bien lo ponderan todo, y y ansi conoscera que manjares seran saludables, y que manjares causarã enfermedad, y como se deuen corregir y refrenar sus excessos, puniendo y mezclãdo cosas contrarias, las quales puedan refrenar la excessiua qualidad delos tales manjares. Pero quales deuan ser las cosas que corrijan y tiemplen y refrenẽ los excessos, diremos adelante, y no trataremos de todas, sino delas cosas mas vsadas y mas familiares, delas quales cada dia tratamos: con las quales los muy diestros cozineros suelen guisar y retificar y corregir los mãjares a sus señores, y por esso se suelen llamar los tales mãjares guisados. De los quales vnos son calientes, otros son frios, otros son desecatiuos, otros son abridores, y otros son
estre

estreñidos, y otros subtiles. Y de la misma manera, otros son estomatichos, o aptos para el estomago, otros para el higado, otros para el coraçon, otros son liquidos, otros espesos, y secos. Agora empecemos de los liquidos y humidos.

CAPITVLO

2. De las gorduras y enxundias, y pringues, y de la manera como se deuen vsar en los guisados.

LOS condimentos, o adobos de los manjares son de diuersas maneras. Porque vnos son liquores, y otros son especies olorosas, como canela y açafran, &c. Primero trataremos de los cõdimentos, o adobos que son humidos y liquidos, y diremos con Isac en sus particulares dietas, que de las cosas de pringue solamente auemos de vsar por via de condimento y de preparacion para

para guisar los manjares para que tengan gusto y sabor, porque ningun genero de pringue, aora sea carnosa, aora sea pura pringue sin carne, es buena para comer sino muy mala, porque como el dize en sus vniuersales dietas, cap.28. la pringue y vncto mātienen poco y mal, y porende no se deuen dar para comer por si, sino solamente para con ello guisar los otros manjares, pues ansi la pringue como el vncto hinchā el estomago y le hartan presto, y corrōpen qualquier manjar que hallan en el estomago, y assi son dañosas cosas para el, y para su digestion, pues andan nadando sobre las otras comidas y las engruessan y relaxā las hebras del estomago, y las hazen visco sas y deleznables, de donde se sigue, q̃ su virtud retenedora o retentriz se debilita y falta, y su virtud expultrix o alançadora se fortifica, d' ay prouiene la Lienteria, q̃ son camaras del manjar mismo indigesto, y esto se entiende que obran en estomagos frios, porq̃ en los calien-
tes

tes,y conuiertense en humos y en cole ra. Deuese tambien de aduertir,que tal es la pringue, o gordura en su complexion, qual es la carne del animal cuya es,ansi que es proporcionada al animal del qual se saca. Y porende del animal caliente se saca la pringue, o enxundia caliente del humido humida, y quanto mas el animal excediere en algũa, o algunas qualidades, tanto su enxundia,o pringue subira sobre el temperamento, o complexion. Pues luego como lo dize Isac en sus vniuersales dietas,cap.29. La pringue del puerco es mas humida sin calor manifiesto, q̃ todas las de mas pringues y gorduras, ansi como la enxundia,o pringue del leon es mas caliẽte y menos humida q̃ todas las de mas. Empero la pringue y gordura dela vaca, o buey es mediana entre la del puerco, y la del leon, y es mas seca que la gordura dela cabra y,y la d̃la cabra es mas seca que la del puerco, en fin la dela vaca y cabra es mas gruessa,y mas de sustan

Isac. die. par c. 29.

cia de tierra que ningunas, y las enxun
dias y pringues de los gallos y anades
son de mas subtil substancia que otras
ningunas, y son de mayor calor y seque
dad que las del puerco. Y hablando en
general, todas las pringues o enxundias
de los animales campesinos son de ma-
yor agudez y calor, y de mas fuerte se-
quedad que las pringues d̄ los animales
domesticos y caseros. Todas las enxun-
dias y pringues d̄ las aues, especial delas
que buelan son de mas subtil y delgada
substancia que de todas las demas enxũ
dias. la razon, porque tienen mucho de
sustácia de ayre. Toda enxundia o prin-
gue de macho es mas calięte y seca que
la de la hembra en su linage Y porende
la pringue y enxundia de la vaca y ca-
bra es de menos agudez y calor que la
del buey y cabron. Yten toda enxundia
de animal de leche o de animal q̄ a po-
co q̄ se destero es de mucha humedad:
empero de calor templado. Toda enxũ-
dia de animal crescido y jouē es mas ca

liente y seca que el de leche y pequeño. Yten toda gordura o enxundia de animal viejo es mas caliente que de otra edad y menos humida: y este es el parescer de Galeno enel.4.de simplicium facultatibus. En conclusion tal sera la pringue qual fuere el animal de donde se saca: de la qual no se deue vsar por via de mantenimiento sino por via de condimento para guisar otras comidas: especialmente se deuen guisar cõ enxundias las carnes frias y secas, pues todas las enxundias y pringues son calientes y humedas: aunque el Galeno en vna parte aya dicho que son frias, y en otra calientes. Todo lo sobredicho dixo Isac en las vniuersales y particulares dietas.

Que carnes se deuã guisar con enxũdias.

CAPITVLO

3. de la manteca de vacas, que en latin se dize, Butirũ, y del azeyte de oliuas, y de sus propriedades.

EN muchas partes y regiones vsan de la manteca de las vacas en lugar de azeyte, y no solamente enestos tiempos, pero en los mucho antepassados, como leemos en Plutarco en la vida de Iulio Cesar. El qual como cenasse en Milan en casa de Valerio Leon, le fueró puestos vnos esparragos, sobre los quales le echaron en lugar de azeyte, manteca đ vacas, y dize que ceno muy a su gusto: y reprehendio a sus caualleros porq̃ tuuieron aquello por cosa ascherosa. Vsan della muchos de los vulgares, y aun de los principales como por mãjar bueno, y aun le alaban por vn muy buẽ alimento, como no lo sea. Pues dize el Auicena enel segundo canon, cap. 114. que es caliente y humida, y porende calienta y relaxa, y ablanda, y en estomagos calientes facilmente se haze colera, la causa es, porque es cosa vntuosa y sutil de naturaleza de ayre, y que facilmẽte se inflama, y por esso no cõuiene por via de nutrimento, sino por via de medicina.

Auic. 2. canõ c. 114.

cina,pues tomandose con almendras y açucar,vale mucho para ablandar el pecho,y para madurar la tos , y tambien vale para con ella hazer guisados en lugar de azeyte y pringue ; y si se guisa el manjar con ella sera muy vtil a los enfermos del pecho:empero es muy dañosa alos que son humidas de complexiõ, como lo dixo Rasis enel.22.de su continẽte,cap.72.Y por autoridad de Bimasui enel mismo lib.cap.369.El azeyte segun dize Auerr.enel.5. de su colliget capit.de los hueuos,si es nueuo,dulce y de oliua,es de mucho nutrimẽto y es templado,sino que declina vn poco a calor, engorda el higado,y acresciẽtale su substancia , y porẽde en nuestras tierras no cozemos las carnes sino con el.Empero Auicena en el.2.Canon.cap.929. dixo, que el mejor azeyte era el Omphãcino que es hecho de azeytunas por madurar:del qual dize que es frio y seco en el primer grado.Y el azeyte de azeytunas muy maduras en estremo , moderada-

Rasis 22. continente capitulo. 72.

mente caliente y q̄ declina a humedad, y dixo el Gal. enel. 2. de simp. facultat. q̄ era materia de otras medicinas, y q̄ con las frias enfria, y con las calientes calienta, y que es compuesto de substancia de ayre, y de tierra y de agua. Y assi como las demas cosas vntuosas d̄rrueca el appetito de comer, y d̄bilitale, relaxa y corrõpe los orificios delas venas, humedesce el viẽtre por su vntuosidad y viscosidad. Y el q̄ es Omphancino, o alomenos tiene alguna stypticidad es mejor, y conforta el estomago, y es mejor pa comer que ningun azeyte, como lo dixo Dioscor. Y como lo dixo Auicena enel lugar allegado. Empo el azeyte anejo es mas dañoso, y se conuierte facilmẽte en malos humores. En fin todo genero d̄ azeytes es caliente y relaxa y debilita la fuerça delos nieruios, como lo dixo Rasis en el. 3. de Almansor, cap. 23. y enel. 22. de su continẽte, cap. 355. deuemos vsar del por via de cõdimento para guisar otras comidas y manjares.

Auicena ibidem.

Capit.

CAPITVLO

4. del vinagre y de sus prouechos y daños.

EL vinagre, segun dixo Rasis por authoridad de Dioscorides enel.21.de su continente, capitulo.304.es frio y seco: y styptico y vtil para el estomago, y prouoca el appetito, refresca, subtiliza los humores gruessos, desseca el cuerpo, aplaca la sed, resfria y tiempla la colera, y dixo el hijo de Messue, que enfria en grado primero, y desseca en tercero, enmagresce y destruye la virtud, y dismi-nuye el esperma, aunque es frio tiene tambien no poco calor, lo qual se paresce por su Acrimonia y agudez, es dañoso para los melancholicos, y para los neruios. Y porẽde empece al estomago frio, y a la matriz, y a los miembros neruiosos, y su continuo vso daña al higado por loqual causa hidropesia, enfria prestamẽte y penetra todos los miẽbros, haze crecer la melãcholia cõ su ebullicion

 y ester-

y eſterneſcencia, empero ayuda a la digeſtion, y muchas vezes dado caliente aprouecha contra las medicinas mortiferas y venenoſas, y vſando del en los manjares aprouecha mucho para en tiē po de peſte, como lo dixo Auicen. en la tercera del primero cap. 1. doct. 5. es mas contrario a las mugeres que a los varones. Todo lo dicho es doctrina del Hippocrates y Galeno enel tercero de ratione victus acutorum. Y del Galeno enlo de ſimplicibus. Auerroes enel. 5. del colliget.

CAPITVLO

5. del agraz o de ſu çumo, y de ſus propriedades,

EL Agraz no differe poco del uinagre, aunque parezca que ſon muy ſemejantes, porque enel vinagre jũtamente con la azedia ay vna acrimonia y reſquemazon, lo qual ſe cauſa del calor accidental y no natural, cauſado por ſu pu

trefaction y corrupcion,pues se hazē dl vino corrupto y putrefacto, y porende el calor que tiene es accidental y no natural. Empero enel agraz no ay calor accidental ni preternatural pues no se engendra por corrupcion,ni es subtil en su substācia, como el vinagre y su frialdad es mas debil,y no se mezcla conel calor estraño,y poresso es mas vtil y juuatiuo que el vinagre,especialmente para los q̄ tienen inflāmacion enel mirrac y vientre, o para los que en tales partes siētẽ mucho calor y fuego,porque la frialdad del agraz es sin molestia, y no fatigosa, ni corruptiua, ni enel ay calor mordaz estraño como enel vinagre,el qual, como diximos,aunque sea frio tiene buena parte de calor accidētal mordaz. Empero el agraz ni es mordaz ni tā azedo y es styptico y austero. Y porende es cōuenible para el fuego y calor adherente del vientre,y no el vinagre. Finalmente como lo dize el Galeno enel. 4. de simplicium facultatibus. El çumo dl agraz

enfria cumplidamente, y porende es cõ-
uenible con estremada ayuda a la infla-
macion y fuego, y por esso se pone bien
sobre la boca del estomago, y sobre to-
do el vientre, y sobre qualquier miem-
bro que tiene necessidad de refrescarse.
En fin cõcluye que es bueno para infla
maciones para los colericos y sangui-
nos, para los calientes de complexion,
deuese poner sobre los manjares calien-
tes en tiẽpo de estio, como lo dixo Aui-
cena enel. 2. canon, capitulo de los palo-
minos, adonde dixo, q̃ se deuian comer
calientes con agraz. Lo qual no solo en-
tendio de los palominos, empero y de
las de mas cosas calientes en demasia,
y que no se deuia echar dela misma ma-
manera sobre peces, como muchos lo
suelen hazer, porq̃ son frios por la agua
donde se crian, empero que los que qui
siessen echar agraz sobre los peces y so-
bre otros mãjares frios, le deuẽ de echar
desta manera. Deuen primero cozer el
[illegible] agraz,
[illegible]

Auic. 2. canõ. c. de palomin.

agraz,y no en olla,o vaso de alambre,o metal,sino en olla de barro, o de piedra con canela, clauos, pimienta, açafran,y otras especias semejantes,las quales domen y tiemplen su frialdad. De aqui se saca por corrolario que el agraz no es tan peligroso como el vinagre,y porende puedē las mugeres y flematicos vsar del con mas seguridad que no del vinagre. Dize Dioscorides, que su çumo se deue sacar de vuas por madurar antes que nazca la estrella dicha Canicula, y se deue poner al sol en vn vaso cubierto, y este es el agraz mas frio y seco y mas estiptico. Otros ay que no guardā cosa destas sino que le sacan de vuas que estan medio maduras, y este agraz no es de qualidad tan frio, ni tan estiptico, y es mas conuenible para los estomagos flacos. En fin segun de la vua q̃ es,y segū el tiempo en que se saca, tiene diuersos effectos, porq̃ aquel agraz es

es mas aprouado que tira vn poco a cetrino y colorado.

CAPITVLO 6. de la miel y su naturaleza, y que complexiones conuega, y a quien sea dañosa.

LA miel, segun dize Auicēna enel. 2. Canō, cap. 497. no es otra cosa sino vn roscio occulto que cay sobre las flores y sobre otras yeruas, el qual roscio cogē las abejas. Empero esto fue tomado del Galeno enel. 3. de alimentis, cap. 38. a donde dize: la miel se engendra sobre las hojas de las plantas, y ni es el çumo dellas, ni el fructo; ni la parte, sino es del mismo genero del roscio. Empero ni es continua con el, ni copioso como el, es caliente y seca, como lo dixo Auerroes enel. 5. de su colliget. Y como lo dixo Auicen. enel lugar allegado, es muy mundificatiua, e incisiua, y haze yr por los poros del cuerpo la copia de los ma los hu-

los humores que está encerrados a den tro, despide las çuziedades que estan en las venas. Estorua la putrefacion y corrupcion de la carne, la mejor es aquella que es perfectamente dulce, de buen olor, y que declina a vna Acrimonia y agudez, que piça al gusto, y que tira a roxa, o que es de color de paja, y que ni es subtil ni viscosa, y que no se corte sino que continue su hilo quando corre, y es mejor la del verano, y no tal la del estio, y muy mala la del inuierno. Abre los orificios de las venas, es manjar conuenible para los viejos, para los frios de complexion, para los flacos en losquales causa buena sangre, destruye la flema, y cõsumela. Empero es dañosa para los mãcebos, para los colericos, para los q̃ padescen calentura, para los calientes de complexion, porque causa enellos incẽdio, y hazese colera y calenturas agudas especial en tiempo de estio, causa vn humor muy amargo, y parescese por experiencia: porque si la allegan al fuego en

notable espacio se torna de sabor amargo, y si esta crudo siñ despumar, causa ventosidad, y relaxa el vientre, aumēta la aspereza del pecho por su acrimonia prouoca a vomito, como lo dixeron Auicena, e Isac en sus particulares. Empero cozida y despumada, tiene mas acrimonia, y pica mas el gusto que la cruda, y no causa ventosidad, ni relaxa el vientre, antes le estriñe, especialmente a los flematicos, y da mucho nutrimento, cozida con sufficiente copia de agua, es mas delgada y mas humida, y no pica el gusto ni es ventosa ni prouoca a vomito, penetra presto por los cuerpos de los que la comen, ablanda la aspereza del pecho, mueue vrina. Esto dixeron Auicena, Auerroes, Galeno, Isac en los lugares allegados, mayormente Galeno alli, y enel segūdo de facultatibus naturalibus, y enel quarto de simplicibus

CAPITVLO

y 7. del açucar y de sus propriedades

El açucar es caliente y humida enel primer grado, y segũ algunos humido en medio dl primer grado, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 497. es de menos calor que la miel, y mundifica menos, y no tiene aquella agudez al gusto que la miel, y quãto fuere mas colorado, tanto es mas caliente, y por el contrario, quanto mas blanco, tanto menos es caliente, y este es el açucar que se dize a par de los medicos, Tabarzer, y este açucar es el mas preciado en vniuersal. Todo açucar es caliẽte en fin del primer grado y humido enl mismo; pero el açucar mas añejo es mas seco, y quãto mas añejo se haze, tãto mas se cõsume su humidad, y se deseca. Ablãda, es lenitiuo, mundificatiuo, lauatiuo, y subtiliatiuo, y no es inferior a la miel en alimpiar, y mundificar, y mientras mas se añeja, tanto mas se subtiliza

Auic. 2 canõ c. 497

no cau

que el açucar desopila el higado, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 251. Tengase tambien por conclusion, que las conseruas, confituras, composiciones hechas de açucar, mientras fueren de mejor y mas blanco açucar, tanto seran mejores y menos dañosas, aunque las tales composiciones cuestẽ al doblar que las que se hazen con açucar moreno, o roxo, porque muchos engañan enesto a muchos en buen mercado, como le acõtescio a vn vezino mio muy gran regaton y muy rico, el qual como hiziesse vnas bodas de vna hija suya, fue a Toledo, y hincho vn caxon de todo genero de confituras, porque a su parescer le costaron barato: y como boluiesse a su casa dixo. Ves aqui hija q̃ cosa es comprar bien, y entenderse bien con Toledanos, mira que traygo aqui por obra de sesenta reales, y abriendo el caxon, no hallo de toda la cõfitura sino vna harina molida y desmenuzada sin almirez. Parose el viejo muy auergõça-

Auic. 2. canõ c. 251.

do y conoſcido ſu auaricia, ſe empeço a maldezir.

CAPITVLO

8. del arrope que en Latin ſe dize Sapa, y dl vino cozido, que los barbares dizẽ, Rob vini.

AL arrope llamã los barbaros Rob, y los Latinos carenum y Sapa, hazeſe del moſto cozido haſta que ſe haga eſpeſo, porque ay quien diga, que quando el moſto ſe cueze haſta que ſe gaſte la tercera parte, ſe llame Carenum, quãdo haſta la mitad, *Rob vini*, en latin, *defrutum, & vinum coctum*, quãdo haſta que ſe haga eſpeſſo, a Sapa, que es el arrope. Finalmente el arrope, es lo que dizen Carenum, e Sapa, como ſe pienſa es caliente y ſeco en ſegundo grado, porque aun que por ſu cozimiento adquiera vn calor accidental, empero reſueluese no pequeña porcion del calor natural ſuyo,

es de dura digestion, gruesso y ventoso, y si se digere da mucho nutrimento, es vtil a los que tienen passion enel pecho y pulmones, y a los que tienen vlceras, o llagas en los riñones y vexiga, es mũdificatiuo y consolidatiuo, puesto en emplasto con saluados y sal es mitigatiuo de dolor, y madura las apostemas, vsase muy bien del para dar sabor y dulçor a los de mas manjares echandolo en poca quantidad, y mezclandole con agraz o vinagre, porque se tiemple su calor, y porque tambien el agraz, o vinagre pierdan de su frialdad. Finalmente, deuese vsar por via de condimento para dar sabor a otros manjares, y no por comida, porque como dize el Galeno enel tercero de victu accutorum Hippocratis, daña al higado y baço, ansi por su dulçura, porque todo dulce, opila, como por su gruesso nutrimento. E por ende oppila higado y baço alomenos, es dañoso para las oppilaciones destos miẽbros ꝙ prouienẽ ꝺ humores gruesos

Emplasto de arrope para las apostemas.

Galen. 3. vict. accuto.

y porende se deuē guardar del los acha cosos de opilaciones, de higado y baço. Todo lo sobredicho dixerō Galeno en lugar allegado, e Isac al fin de sus dietas particulares. Dixe q̄ lo dezia alli el Galeno, porque lo que dize del vino dulce, se entiende con mayor razon del arrope. Pues si como el dize, el vino dulce por ser dulce y de gruessa sustancia opila el higado; mucho mas lo hara el arrope pues es mas gruesso y mas dulce.

CAPITVLO 9. de la sal, de su naturaleza y propriedad para dañar, o aprouechar.

LA sal, segun lo dize el Galeno enel libro de vsu respirationis, capi. vltimo por autoridad de Aristoteles no es otra cosa sino vn cierto genero de tierra encēdidá: empero no se halla adō de diga tal el Aristoteles, aunque claramente se saca de su doctrina, enel libro de sen-

de sensu, & sensibili, y del. 2. de los Meteuros. Tiene primado entre todos los condimentos para dar sabor a los manjares, segun Auicena enel. 2. canon, cap. 619 es caliente y seca enel segundo grado, y quanto mas es amarga, tanto es mas caliente segun Isac en sus particulares. Tiene dos propriedades. La vna propriedad es para hazer colar, y para diuidir y cortar: la otra propriedad para vñir y estreñir, o apretar, y por esso la sal deseca hasta en tercero grado, ansi por la propriedad de colar y cortar, como por la de jũtar y apretar. Es de dos maneras. Porque vna es sal de la mar, o marina, y otra es sal metallica, que dizẽ sal pedres, o sal piedra. Otra añade el Galeno enel quarto de simplicium facultatibus, la qual se haze en muchos lugares quando las aguas vn poco saladas se desecan. Y este genero de sal es el que comunmente se haze en salinas, que son vnas lagunas, en las quales la agua marina se deseca en tiempo de estio. Desta

dize el Galeno, que mundifica mas, y q̃ estriñe y aprieta menos. Empero dize, que la sal pedres que el llama sal fossilis, y algunos sal Metallica que aprieta y condensa mas, y aun es la mas excellente sal de todas, especial la que caresce de chinas y es clara y lisa, e ygual, la sal marina, o de las salinas no es tal, empero la que fuere algo roxa es la mejor, porque la blanca muchas vezes sale amarga, como se vee por experiencia, sino es la que por cozimiento se purifica, porq̃ en tal caso la que sale mas alba y blanca es la mejor. Finalmẽte en vniuersal, da a los manjares sabor y la humidad que halla; la junta y estriñe y conserua; quita el hastio de los manjares, aguza la gana del comer, deseca la humidad del cuerpo, preserua de corrupcion, derrite los humores elados y espessados, es vtil para el cuerpo flematico: pero quema la sangre del que mucho la vsa, debilita la vista, desminuye la esperma, engendra comezō y sarna, alimpia y aprieta, mez-

 cla-

clase bien en los manjares frios, y mudaseles su naturaleza en calientes y secos, y porende es buena enlos manjares frios y humidos: y porende conuiene en las carnes muy gordas, como lo dize Isac en sus particulares. E dize mas que la carne muy gruessa no se deue comer sino assada y con mucha sal, y q̃ los muy gordos y gruessos manjares y los desabridos se deuen adobar con mucha sal, en especial si los que los han de comer fuerẽ flematicos, o viejos, como lo dixo el Galeno enel quinto de sanitate tuenda. Empero los mancebos, los colericos, los magros d̃ pocas carnes se guarden como d̃l enemigo del superfluo vso de la sal, y de cosas saladas, en especial en tiempo del estio. Dixe al principio, que dizie Galeno enel de vsu respirationis, que la sal era tierra encendida, entiẽdese eñl libro espurio, que a el se le attribuyo, porque enel libro ligitimo suyo de vsu respirationis, no trata della.

Gal. 5. de sani. tuend.

CAPITVLO

20.del anis,y del eneldo, y de sus propriedades por via de condi mento para guisar mãjares.

Gal.6. de sim. GAleno enel.6.de simplicium facultatibus dixo. El anis en su agudez, o acrimonia,es cercano à las medicinas que resquemau,o aduren, y es en tercero grado de sequedad,y dela misma manera en calor. E porende como el dize, prouoca a vrina,aunque Auicena enel segundo canon, capit.1. de su segundo tratado dixo,que era caliente en segundo grado, y seco en tercero, es abridor con estipticidad, y aplaca el dolor, resuelue ventosidades. Prouoca y aumenta la leche, quita la sequia de los hidropicos,como dixo Auicena enel lugar allegado,y Rasis por autoridad de Dioscorides enel.21.de su continente, cap. 130. Es vtil a las opilaciones del baço y higado,mũdifica, y alimpia la madre de sus super-

Auic. 2. cãnõ cap. 1.

Ras.2. cont c. 130.

ſuperfluydades blancas, irrita a luxuria, alança a fuera la pōçoña beuida. En fin es de ſuſtancia de fuego, la qual predó mina ſobre ello, y pareſceſe por la agudez de ſu guſto y ſu poquito đ dulçura, prouoca a vrina y a ſudor. El eneldo es de ſu complexion caliente entre el ſegũdo y tercero grado, y ſeco entre el primero y ſegundo, es maturatiuo de humores frios, aplaca el dolor, es reſolutiuo de ventoſidades, prouoca ſueño, y ſi ſe come contino, enflaqueſce la viſta, haze abundar la leche, ſi ſe come enel caldo ablanda el vientre, es dañoſo para el eſtomago, cauſa vomitos y aſcos (como lo dixeron Galeno enel. 6. de ſimpliciũ virtutibus, Iſac en ſus particulares) y porende no es bueno para adereçar los otros mãjares, ſino q̃ es puro medicinal

CAPITVLO

11. del culantro, y de ſu naturaleza y propriedad para condimentos, o guiſados.

EN el septimo libro de simplicium facultatibus reprehende el Galeno a Dioscorides, porque dixo, que siendo el culantro frio resoluie los lamparones, porque dize que es impossible, que con su frialdad ensuelua y consuma los lamparones, pues no ay cosa fria que esto pueda hazer, empero si el mirara y considerara lo que el mismo dixo del culantro enel mismo capit. por ventura se detuuiera en reprehenderlo: porque segun el mismo lo dixo, el culantro es cõpuesto de contrarias virtudes, porque tiene sustãcia de fuego, lo qual se paresce por su amargor y sustancia de tierra: lo qual se paresce por su estipticidad, o estreñimiẽto, y no tiene poca sustãcia de agua, por lo qual causa algũn estupor, o adormescimiento. Ansi que siendo esto verdad, como el Galeno lo dize, posible sera que segun la sustancia sutil, profunda y penetrãte, resuelue los lãparones, y no segũ la sustãcia fria de tierra y de agua. No se pudo detener el hõbre amigo de repre-

reprehēder de morder a otro. Dixo tābien, q̄ era caliente apredominio: y prouolo, porq̄ dixo que era amargo, como aya cosas algunas frias: empero amargas, como es la achicoria, la rosa, y final mente el opio, e porende no solo fue cōtra Dioscorides, empero casi contra toda la caterua de los medicos, pues tambiē lo dixo Rasis enel. 3. de Almans. c. 19. adōde dixo, el culātro verde es frio, y no se deue comer del mucho, a caso acarrea ra muerte. Tomado en poca quātidad, haze el effecto de la lechuga, y no hume desce. De dōde se saca q̄ es frio y seco, tābiē se saca esto del Paulo Aegineta enel 5. de su lib. Pues dize q̄ causa rōquedad, y perturba el sentido semejantemēte q̄ se pturba a los borrachos, y porēde mādo dar cōtra el, vino purocō axēxos. De sto se saca claramēte de su parescer q̄ es frio. Empero Auerroes enel. 5. del colliget dixo que era caliente en primer grado, y Auicena enel. 2. canon. cap. 144. Dize, el culantro segun algunos es frio en fin del primer grado, y secoenel se-

Ras. 3. ad Almanso. c. 19.

Paulo. lib. 5.

Auer. 5. colli.

gundo: Empero a mi parescer es seco y declina vn poco a calor, enlo qual quiso excusar al Galeno. Finalmẽte tiene estipticidad y estupor, q̃ es adormescimiento, y tiene propriedad de detener los vapores no suban a la cabeça, y porẽde se pone en los manjares de los epilenticos quiero dezir, de los que padescen gota coral, por humos, e vapores que subẽ a la cabeça, es vtil para la pertubaciõ del celebro, o escotomia causada por los humos colericos que suben del estomago; su continuo vso causa obscuridad en la vista, es conuenible al temblor del coraçon de causa caliente, es tardo de digestion, empero conforta el estomago caliente, aplaca la azedia que se haze despues del manjar, y su simiẽte seca, doma el appetito dela luxuria, y la erection de verga, deseca la esperma, segun Dioscorides, cõ harina de hauas deshaze los lãparones. Todo lo dicho dize Auicen. en el lugar allegado, e Isac dixo en sus particulares dietas, q̃ cõcilia sueño despues de comer. Cap.

Escotomia es perturbacion del sentido, q̃ paresce andar a la rẽdonda.

CAPITVLO

12. de la canela y de su naturaleza y propriedad para vsar della en guisados.

LA canela, que se dize comunmente cinamomum, tiene sustancia subtil y delgada de naturaleza de fuego, de la qual procede aquel aromatico olor que tiene, es tābien đ sustācia alguna de tierra, dela qual procede aquella estipticidad que tiene, y no caresce de sustācia y naturaleza de ayre: lo qual se paresce por su leuedad. Y segun Paulo en su septimo libro, es de vltima y perfecta sutileza, y delicadez en su sustācia, pero no es vltimadamente caliente, sino hasta en tercero grado, y no ay medicina ni droga que caliente y deseque con tanta delicadez y sutileza de sustancia como ella. Lo mismo dixo el Galeno en el. 7. de simpl. facultati. En fin ella es vna de las medicinas en las quales se hallā olor aromatico, estipticidad, acrimonia, y

tiene

Auic. 2.cano. c. 128.

tiene tan noble complexion que fortifica todos los miembros, segun Auicena enel segundo canon, cap. 128. su calor es puro y sin mezcla, y allega al tercero grado. Y ni mas ni menos su sequedad es aperitiua, attractiua, corrige toda corrupcion y podredumbre y materias saniosas de los humores, es vtil a la escuridad de los ojos, ansi comida como puesta por collirio, conuiene para la tosse, alimpia el pecho, abre las opilaciones del higado, cōfortale, y ni mas ni menos al estomago, y deseca su humidad, es conuenible a las mordeduras de los animales ponçoñosos, prouoca vrina, ayuda a la digestion, alança la ventosidad, añade esperma, aguza la vista delos ojos si estan escurescidos por algūas humidades, deseca la humidad del estomago y cabeça, y porēde deuemos vsar della para guisar los manjares, especialmente si son frios y humidos superfluamēte, y si son dañosos para el estomago y cabeça, porque sera muy buen correctiuo para les quitar esta malicia. Todo esto dixo Aui

cena enel lugar allegado.

CAPITVLO 13. del açafran, y de sus propriedades y naturaleza.

EL açafrã segũ escriue Paulo Aegineta en su lib.7. es caliẽte en. 2. grado, y seco eñl primero. Lo mismo dixeron Auerroes y Auicena, y segũ Gal. su calor es mayor q̃ su estipticidad, o austeridad, tiene vna propriedad q̃ no haze eñl humor alteraciõ, ãtes le cõserua en su qualidad, corrige lo corrupto, cõserua las entrañas, o miẽbros interiores, causa buen color, alegra el coraçõ. Pero causa dolor de cabeça, prouoca a sueño, escurece los sẽtidos, causa alegria, aunq̃ mueue ascos porq̃ es cõtrario a la acetosidad q̃ haze apetito eñl estomago: po cõforta el higado y estomago porq̃ es estiptico y es bueno para el baço, irrita a luxuria, mueue vrina, y beuido cõ vino cozido quita la borrachez, como lo dixo Ras. por autoridad de Diosco. enel. 22. de su continente, cap. 354. En fin como lo dixo Galen.

enel açafran ay estipticidad por la parte de tierra que tiene, y como juntamente caliente, ayuda a digerir, y estriñe, quita la facultad de la respiracion, y es malo para el celebro, y tiene propriedad, para que se apressure el parto en tãto grado, que dixo Constantino que el lo auie experimentado muchas vezes en mugeres de parto, y que luego en dandoselo en quantidad de dos dracmas, hazie venir la cria en la misma hora, En conclusion no se deue vsar del para guisar los manjares sino en poca quãtidad, porque quita la gana del comer, como lo dixo Rasis por autoridad de Bimsaui enel lugar allegado, y como lo dixo Alcanzi. Haze daño a la cabeça, como lo dixo Galeno enel segundo de cõpositione secũdum loca: y daña la vista. En especial haze daño a los colericos, a los exercitados, a los trabajadores, y mas en tierra caliente enel estio, porque enciende mucho. Deuese aduertir, q̃ aunq̃ es verdad, q̃ vsando del en mucha quãti

Gal. 2. de cõp. loca.

dad

pad, causa ascos, y quita el appetito, Pero en poca quātidad con otras especias aromaticas, antes mueue gana de comer, como se vee por experiencia enlos guisados.

CAPITVLO

14. De los Clauos, y Galāga, y cominos, alcarauea, en quanto toca a guisar las comidas con ellos para q̄ no hagan daño.

ALgunos vsan dl comino en sus guisados, y les haze buen estomago, es caliente y seco en tercero grado, y tiene estipricidad, como lo dize Dioscorides en su libro tercero en su proprio capitulo, adonde dize: que el comino molido y amassado con harina de hauas, y con passas, es bueno para la hinchazon de los compañones: dize que muda el color del cuerpo y le torna amarillo, aplicado con vinagre, detiene el demasiado fluxo de sangre, no es bueno para guisa

Dios. lib. 3. c.

Hh dos,

dos, aunque muchos de los vulgares le vsan, porque para delicados estomagos es de horrible gusto, e sabor, y porende los nobles, nunca vsan del, sino los labradores y rusticos, del qual y los ajos hazen vna salsa llamada ajocomino, muy dañosa para la cabeça y higado, y riñones, especial si los que la vsan son colericos, y calientes, quema la sangre encien de la colera, empero aprouecha si se come maxcado con vnos tragos de vino puro, despues de auer comido duraznos o melocotones, o priscos, o melones. Y esto se ha de entender en estomagos frios y flematicos. La alcarauea es caliente y seca enel mismo grado, pero es muy mas grata al gusto y estomago, y mezclase enlos manjares, como lo dixo Dioscorides enel lib. allegado, cap. proprio. Resuelue ventosidades, ayuda a la digestion. En fin tiene las propriedades delos cominos, sino que es mas agradable al paladar. Llamala en Latin Carui. Los gariofilos que llamamos clauos, son calientes

Diosc.

y se-

y secos en segúdo grado, y allegā a calētar en tercero, como lo dixo Auer. enel 5. de su colligit. c. de marinis. cōfortā los miēbros principales; valē cōtra passiones frias, aprierā el viētre, cōfortā la virtud digestiua, como lo dize el Gale. Yn mas ni menos el estomago y higado, y dā buē olor, son vtiles para el vomito y ascos, como lo dixo Auic. en su. 2. canō. cap. 318. Son vtiles para guisar mājares frios y humidos, porq̄ les dā buen olor; pero deuēse echar en poca cātidad, porq̄ en mucha hazē amargar, causan demasiado calor, deuēse dar a los frios y flematicos en inuierno. Tābiē entre señores vsan guisar mājares cō vna rayz llamada Galāga, la qual es tā guessa como ca nela, y su corteza es colorada, y de dētro poluorosa, traese de Scitia, es caliēte y seca en segūdo, segū Auicc. enel. 2. cān. c. 321. y segū Isac, caliente y seca en grado tercero, es de sustācia subtil resolutiua d' vētosidades, da buē olor enla boca, conuiene el dolor d'los riñones ēgēdra sper

Auer. 5. coll.

c. 2. canō c. 318.

ma poderoſamente, y teniendoſe della vn pedaço enla boca, cauſa erection en la verga. E dixo Aben Meſue q̃ conuiene para la ſuſtancia del eſtomago, confortale, ayuda a la digeſtion, conuiene a los flematicos, a las humidades del eſtomago, alas azedias y regueldos azedos, a la retencion de la vrina, como lo dixo Raſis enel quarto de ſus aphoriſmos. Pues luego deue ſu poluo echarſe enlos guiſados de los manjares frios, como lo diximos d̃ los clauos, ſino vuiere temor del eſtimulo de la luxuria.

Meſue

Raſ. 4. aphor.

CAPITVLO 15. de la nuez moxcada, pimienta, agengibre, y de ſus propriedades para guiſar.

LA nuez moxcada, como lo dize Auicena enel ſegundo canon, cap. 503. es calida y ſeca en fin del ſegũdo grado, tiene eſtipticidad, conforta el eſtomago y higado y baço, al qual adelgaza, prouoca

poca vrina,es buena y vtil para los flematicos y melãcholicos, esfuerça la boca del estomago,causa buen olor de boca, detiene el vomito, aprieta y estriñe el viẽtre. La mejor es la colorada, gruessa,pesada:la peor es la negra, liuiana, seca, ablanda la apostema dura del higado. Aben Mesue dixo,que era caliente y seca en tercero grado; y que es buena para el estomago y higado frios: empero no para los colericos y calientes: los quales se guarden del frequente vso della porque causara inflamacion enel higado y baço,y causara itericia. De la pimienta dizen algunos, que como sea de tres especies, luenga, blanca, negra. La luenga es el razimillo donde esta la pimienta,que por aca se vsa: el qual si se coge antes que los granos maduren y se hagan grandes, es la pimienta luenga,y esta es caliente y humida, porque es la verde quando empieça a nascer el fruto:empero ya quando el grano se haze grãde,pero no esta maduro sino por

Mesue

madurar. Se dize la pimienta blãca, por que es deste color hasta q̃ madure. Empero, quãdo esta ya madura, entõces es negra, y dizese pimienta negra, y esta es la vsual q̃ tenemos. Deste peresccer fue Auerroes enel. 5. de su colliget, e Auice. por autoridad de Galeno enel segundo canon. cap. 553. En general la pimienta es caliente y seca en medio del quarto grado, como lo dize aqui Auicena; y no ay cosa que se le yguale en calentar los neruios y musculos, mueue appetito, y ayuda al dolor del vientre, y a la ventosidad. Empero la pimienta blãca es mas cõuenible al estomago y le conforta cõ mas fortaleza. La pimẽta luenga hazẽ descendir presto el manjar al lugar de la digestiõ, y deseca cõ leuedad, y cõsume la esperma: y ansi la blãca como la luenga aumẽtan el desseo de la luxuria, porque tienen cierta humidad superflua. Finalmẽte la pimienta vale para la tosse antigua de humores gruessos, alimpia el pecho y estomago, y pulmones de flemas gruessas

Auer. 5. colli. Auic. 2. canõ c. 553.

gruef-

gruessas, prouoca a vrina, y fue sentécia de Rasis enel lib. 4. de sus aphoris. Que ansi como la pimienta haze vrinar, assi el agégibre mueue a camara. Pero segú el Gale. enel lib. de sanitate tuen. La pimienta blanca es mas confortatiua del estomago q̃ la negra. Finalmente ayudá a digerir la comida, alimpia, atray, deseca, y es dañosa para personas caliëtes, y colericas. Y affirmo Rasis enel. 22. de su continente. c. 577. q̃ la pimienta luenga era caliente y humida, deuesse entender de vna humidad accidëtal que tiene de ser cogida verde antes que cresca. Tengase pues por conclusion, que en tiempo de inuierno en personas frias, y echada en mãjares frios y humidos, es muy conuenible para guisados, y salsas: especialmente conuiene a hombres gordos y flematicos, holgaçanes, que estan llenos de humores gruessos viscosos y frios, causados por razon de indigestiõ. El agengibre que en Latin se llama Zinziber: es semejãte en su operacion,

Ras. 4. Apho.

Galen. libr. 4. de sani. tuend.

Rasis. 22. con. c. 577

a la pimienta, ansi en no obrar sino permutandose y actuãdose por el calor de nuestro cuerpo, como por ayudar tambien a la digestion y calentar, y ponerse en los guisados frios y humidos. Empero como lo dize Auerroes enel quinto de su colliget no calienta tan prestamẽte como la pimiẽta: porque aunque sea caliente en tercero grado, tiene mucha estipticidad y humidad, y por ende muchas vezes se carcome y pudre, la qual humidad aunque al sentido no parezca, empero esta enel occultamente: porque claramente tiene sequedad y calor en tercero grado, como lo dixo Isaac en sus particulares, segun Auicena enel segundo canon, cap. d. 240. Es caliente en fin del tercero y seco enel segundo. Y dize que por la humidad que alcança es mas durable su calor que no el de la pimiẽta: Es lenitiuo de la naturaleza y resolutiuo de ventosidad, es vtil a la frialdad del estomago y higado. Especialmente si esta rehumedescido de comer frutas humi-

Auer. 5. colli.

Auic. 2. canõ cap. d. 240.

humidas y verdes, como de melones, pepinos, duraznos: irrita a luxuria, humedesce el vientre, ayuda a la digestiõ, y regala al cuerpo. Echado en guisados vale a la escuridad de los ojos: es vtil a las opilaciones del higado que vienen por frialdad y humidad. Empero aderecado cõ miel pierde su humidad y es caliente y seco: solamente porque la miel le quita su humidad: y ansi prouoca mas a luxuria, acresciẽtra el calor del estomago, cõuiene para viejos y flematicos vsãdo del en manjares: y conuiene para las azedias del estomago, y para su ruyn digestion y mollificacion, como lo dize Mesue en su quarta distinctiõ, haze presto passar el manjar al higado y cuerpo: y paresce q̃ su poluo es conuenible para los guisados de cosas frias y gruessas.

Mesue 4. dist.

CAPITVLO 16. que trata del sabor y qualidad de los manjares, y quantas vezes se ha de comer enel dia.

membros subtiles causan lo cõtrario, porq̃ conseruã la sanidad, empero mantienẽ poco, dan poca fuerça, tales son, pollos, pesces pequeños, hueuos blãdos, lechugas, manos de cabrito. Los mejores mãtenimientos de todos, son los medianos entre los gruessos, y los subtiles: quales son gallinas, faysanes, capones, perdizes pichones, tortolas, corzales, cabritos, mierlas, peces de entre piedras, como son, truchas, reos, bermejuelas, pan bien sazonado, higados de ansarones e de pollos, vuas e higos biẽ maduros, entre las ortalizas, espartagos, escarolas, todo genero de vino clarete y no muy anejo, todas estas cosas son de sustãcia mediana, y engẽdran buena sangre y buen nutrimento, En conclusion, los mantenimiẽtos subtiles son conuenibles a los flacos e las mugeres delicadas, a los holgados y dañosos, a los trabajadores, a los exercitados, a los robustos y varoniles, los medianos son conuenibles a los muy templados, a los que se exercitan por

su

Galen. libr. de solutio. su passatiempo, y no se fatigan. Esto dixo el Galeno enel libro de solutione cōtinua, enel de bono, & malo succo, Isaac en los vniuersales, cap. 8. Haliabbas en quinto de su theorica, cap. 14. Auicena en la tercera del primero, doct. 2. cap. 7. En quāto a la qualidad que huygamos de los mantenimientos calidos, especial en estio, en complexion caliente, en tierra caliente, pero no en inuierno en complexion fria, en tierra fria. Tambiē nos emos de guardar de comer las viandas muy calidas reziē sacadas del fuego, empero no emos de entender que se coman tibias, sino calidas, y no excessiuamente: porque los alimētos tibios mollifican y relaxan el estomago, como lo dixeron Galeno enel. 2. ad glauconem, Auicen. 1. 4. cap. 26. Ni tampoco se deuen dar frios, porque la frialdad es muy contraria a nuestra naturaleza, como lo dixo el Galen, e Hippocrates en el quinto de sus aphorismos. E Isac en sus vniuersales dietas. cap. 5. ni deuen ser muy humi-

Isac di. uni. c. 8. Halia. 5. theo. c. 14. Auic. 3. p. do. 2. c. 7. Gal. 2. ad gla. Auic. 1. 4. c. 26. Hip. 5 aphor. Isac. di vni. u.

humidos sino templadamēte, sino fuesse en naturalezas muy secas, ni deuē ser muy secos, porque como dize *Isac* enel lugar allegado. Los alimētos secos son muy malos porque juntamente con ser duras de digestion, hazen mantenimiēto seco, porque como dize el Galeno en el.5. de simplicibus. Todas las cosas secas consumen la humidad de la sangre y la engruessan: En fin conuienen solamēte por via de medicina para los que son superfluamēte humidos, porlo qual el alimento frio se deue corregir con el caliente, y el humido con el seco, y por el contrario al reues; porque los alimentos destemplados sino se corrigen causan enfermedad y acaban. Y porēde dixo Auicena.3.part.doct.2 cap.7. *Frigidū nutriens sicut cucumer, &c.* El mantenimiēto frio, como es el cohōbro y calabaça, tiemplese con su contrario como con ajos y puerros. Y dixo mas abaxo, a quiē dañan las cosas dulces beua cosas azedas, y al contrario: y por esso dixo enlos

Gal.5. de sim.

Auic. 3.part. doct.2 c.7.

Auic. p.2. cā te.tex. 19.

canti-

mo dixo Auicena.3.part.doct.2. cap.7. & Galen.enel.2. Aphorism: *Redundãtias morbus sequitur*. De las redundancias se sigue la enfermedad. Finalmente, como lo dixo Gal. cñl de solut. cõtinua. Deuese obseruar moderaciõ en los manjares: d suerte q se haga medida cõ la virtud, digestiua. Porq aunq el mãjar sea bueno en si y cõuenible al cuerpo, empero por su copia dbilita la digestiua, y el estomago, y por esso engẽdrarse ha d mal mãtenimiẽto, causa de varios males, porque; ansi como cõ el mucho azeyte se mata la llama, ansi con la replecion se ahoga el calor natural. Empero como lo dize el Galeno, 2. de aliment. facultatibus. La quantidad medida y cõsiderada que a cada vno cõuiene, ni se puede dezir cõ lengua, ni escreuir cõ pluma, sino por so la experiẽcia. La señal q el mãjar recebido enel estomago, es commensurado y proporcionado con su virtud digestiua, es como dize Auicena prima parte, doctri.2. capit.7. q el tal manjar no cause

 pesadũ-

pesadumbre,ni nade,ni mueua ascos,ni cause appetito canino,ni pereza, ni poco sueño, ni que aya regueldos con los quales se sienta su sabor, qualquiera accidente que destos aya, es señal que el mantenimiento no ha sido proporcionado con la virtud digestiua. Empero el Galeno enel lib.1.ad Glau.dixo que era muy difficultoso y quasi impossible, q̃ el manjar nunca haga pesadũbre y grauezа enel estomago rezio. Empero vengamos a dezir de las vezes que se deue comer al dia: y dezimos segũ toda la caterua delos medicos, que enesto se deue obseruar la costumbre que cada vno ha tenido. Porque como dize Hippo. en el libro de victu accutorũ. com.2. los que acostumbrarõ a comer dos vezes al dia estos tales sino vuieren comido a su hora, se han mal, pueden poco, y estã timidos, quiere dezir, que aborrescen hazer, lo que suelen y estã perezosos para qual quiera obra tornanse cardiacos, quiere dezir segun Galeno enel Com. que sien

Gal.1. ad gla.

Hipp. libr. de victu. accuto.

Galen. ibi. cõ.

ten vascas en la boca del estomago, y la razon porque sube luego mucha colera a ella. Finalmente las hezes del vientre se les secan y assan por el mucho calor, y el cuerpo se les seca y enciende, y a algunos les amarga la boca, los ojos se les çumẽ y las sienes les pulsan las extremidades se les enfria: porque el calor se sube al estomago. Todos estos inconuenientes pone Hipocrates y Galeno en los que no comen a su hora: entiendese quando se estan por comer hasta muy tarde. Con todo esso Auerroes en el quinto de su colliget dize. Que a los templados y bien acomplissionados cõuiene comer en dos dias tres vezes. Lo mismo dixo Auicena en la: 2. par. delos canticos. com, 12. diziendo. *Ex vicibus satiantis comestionis est, vt homo vna die semel & altera bis; mane scilicet et vespere comedat.* Quiso dezir, las vezes de la comida que satisfaze, son comer vn dia vna vez, y otro dia dos. La razon que dà Auerroes es, porque la digestion tercera no se aca

Auer. 5. coll.

Auic. 2. p. cã. com. 12

ba ſino en diez y ocho oras y eſta claro ꝙ la manera mas ſaludable de dar a comer es quando ya eſta acabada perfetamente la digeſtion del manjar que primero ſe comio, pero al fin todos conuienen en que ſe guarde la coſtumbre, porque ſi alguno por el contrario, teniendo coſtumbre de comer vna vez al dia comiere dos, le vernan tambien muchos daños, porque le ſobreuerna canſancio o laſsitud pereza, peſadumbre, flaqueza por cauſa que el eſtomago trabajara mas que ſuele. Empero el que tiene debil la digeſtiua, o fuere viejo, deue comer dos vezes, o tres al dia: y pocas vezes le acaezca comer vna vez ſola, como lo dixo el Galeno, quinto de ſanitate, en la hiſtoria de Antiocho medico.

CAPITVLO 17. que alimentos ſe deuã comer primero, y quales a la poſtre de la meſa, y como la diuerſidad delos mãjares hagan daño.

Como

COMO dize Boecio. *Diuersa cibaria non nutrient*. Quiso dezir: que diuersos manjares no mantienen. La causa es porque no solamente no se digeren enel estomago. Empero en muchos se corrompen y se suelen conuertir en malos y perniciosos humores, y la corrucion de los humores es origen y madre de enfermedades y males largos, como lo dixo muy bien Auicena en la primera, quarta, del tercero tractado, capitulo segundo. Lo qual considero el Sapientissimo Rey. Pues dixo enel fin del capitulo veynte y siete de su ecclesiastico. ¶ Nolli auidus esse in omni repulatione & non te effundas super omnem escam, in multis enim escis est infirmitas. Quiso dezir. No quieras ser cobdicioso en toda comida, y no te derrames sobre todo manjar, porque en los muchos mājares esta la enfermedad, y por esso dixo Oratio.

Nempe

Nempe immacrescunt epulæ sine fine petitæ.
Y por la misma razõ exclama Lucano enel.4. de su Farsalia diziendo.

O prodiga rerum
Luxuries paruo nunquam gaudere paratu
Et quæsitorum terra pelagoque ciborum
Ambitiosa fames & lautæ gloria mensæ
Discite quam paruo liceat producere vitam
Et quantum natura petat.

O prodigalidad de las cosas nunca gozarse ni contentarse de poco apparato, o hambre llena de ambicion y gloria d' esplandida mesa. Deprended con quan poco sea licito alargar la vida, y quanto demande la naturaleza: y por esso dixo el Galeno enel com.3. de victu accutorum. Que la diuersidad de las cosas que se comen, especialmente quando las tales cosas no son semejantes en sus virtudes, causa desassosiego enel estomago. Y Rasis enel.25. de su continente dixo. El tiempo de la comida no deue ser largo y tardo, multiplicandose maneras de manjares enel, como el primer manjar

Galen. com.3. victus accuto.

Ras.25 contin.

sea

ſea en ſu digeſtion diuerſo del q̃ ſe dio al fin,porque quando el vno ſe empieça a digerir,el otro que viene dſpues no ha empeçado a digerirſe,y anſi ſe impiden y eſtoruan el vno al otro,y ſe mezcla lo indigeſto y crudo con lo digeſto y cozido.Pues luego los manjares ſean ſimples y pocos,y no diuerſos de diuerſas naturalezas,porque ſe puedan digerir y no ſe eſtorue el vno al otro ; como ſe haze en los vanquetes de los ſeñores en los quales ay diuerſos manjares y muy diuerſos guiſados de animales differentes, y diuerſamente aparejados : y deſpues mezclan peſces y coſas de leche y fruras , y deſpues mezclan conſeruas para ſu preſta y veloz corrupcion y muerte.Pero porque los ſeñores y grandes por ningunas perſuaſiones quieren dexar la diuerſidad de los manjares , anſi porque les pareſcerie que perderian ſu nobleza y riqueza,como por la frequencia de los hueſpedes que vienen a ſus caſas.Por eſſo ſera bien enſeñarlos co-

mo deuan comer tales diuersos manjares con menor daño: y esto se hara si guardaren orden en comerlos, porque aunque es verdad que el orden no quite los daños de la tal diuersidad, ayuda empero mucho para que no dañen tanto: pues luego sea regla general que los alimentos de mas facil digestion, y mas humidos, y mas leues se tomen y comã al principio, y despues los mas gruessos y mas tardos y difficiles de digerir, porque desta manera el manjar que fuere liuiano, y facil, se digerira mas presto y no sera detenido, mas antes hara camino para que el mas gruesso passe al lugar de la digestion. Empero, si por el contrario primero se coma el alimento gruesso, y de difficil digestion, Estoruarse ha el descenso del mas subtil y facil, y lubrico, el qual nadara sobre el gruesso y tardo, y escalentarse ha con el calor del gruesso, y porende se corrompera y conuertira en humos y colera, y dañara al otro alimento mas gruesso, y

cau-

causarse ha azedia y regueldos y vomitos. Empero no obstãte todo esto, que es sentencia de todos, sacase de la doctrina del Galeno enel libro de solutione continua, que quando en vna comida aya manjares de presta digestion, y otras de tarda, que primero se coman los de tarda digestion, que los de facil. La causa es, porque tomandose ansi, los gruessos y tardos iran primero al fondõ del estomago, que es mas calido, por ser mas carnosos, y alli se digeriran bien. Pero los manjares mas faciles y leues estaran mas arriba en la boca del estomago, que es mas fria por ser mas neruiosa, y como sean faciles con poco calor se digeriran. Ansi lo quiso Auice. en la tercera del primero, adonde quiso que el manjar liuiano no se tomasse antes que al gruesso, porq̃ no lleue indigesto al gruesso alos intestinos. Pero respondese a esto, q̃ quãdo se dize q̃ el mãjar mas facil se tome primero q̃ el mas difficil deuese entẽder quã-

Galen. libr. de solutio. cont.

Auic. 3. prim doct. 2 c. 6.

do entre el facil y el difficil, no ay proporcion como es entre la carne y el queso añejo, porq̃ como el queso sea muy mas difficil de digestiõ que la carne, hase de comer a la postre. Otra cosa seria si hiziessemos comparacion entre las cosas que tienen proporcion en sustancia como entre el tocino y el carnero, porque por la razõ dicha; primero se comera la ternera que el cabrito, y primero el tocino que el carnero: ansi lo entendera Auicena quando en la tercera del primero. doctri. 2. cap. 6. dixo: Sanitatis conseruator non primo comedere debet cibum labilem ita vt post ipsum, cibum fortem & durum sumat, quoniam cũ ipso subtili labetur grossum, nõ tam integre digestum quãtum debebat. De aqui se saca, que porque sera muy difficultoso conoscer la differencia puntual que ay entre el gruesso y el sutil sera mejor que no se pongan en vna mesa, y en esto concordaron Galeno, e Isac en sus dietas.

Auic. 3.1.do. 2.c. 6.

Libro

LIBRO quinto, que trata como sea necessario el beuer de los generos de los vinos y aguas, y otras beuidas.

CAPITVLO primero, del beuer, y como sea necessario.

COMO el manjar sea de suyo gruesso, y porende tardo, para poder passar por las venas y partes del cuerpo, fue necessario se le mezclase alguna cosa, cō laqual se hiziesse liquido y fluxible para que facilmente passasse por las venas, y esta cosa que le facilita y haze ansi prōpta para penetrar, no es otra cosa sino la beuida: y porende fue necessario beuer siēpre quādo comemos: sino fuesse quando el mājar de suyo fuesse tan liquido y fluxible, q̄ no huuiesse necesidad de beuer.

Lo qual acaesce pocas vezes como de su yo sea de sustancia delgada y tenue, facil para penetrar, y no solamente es necessario para que haga al mãjar liquido prõpto, para yr por las venas. Empero, y tambiẽ porq̃ humedezca el cuerpo y hincha las partes vazias y euacuadas de las humidades sustanciales que se consumieron y ensoluieron. Finalmente at tenua y subtileza el mãjar para que cuele a todas partes, y hazele liquido a manera de ptisana, o ordiate, y este se dize Chilo, el q̃l como dize Auic. eñl.1. can. feu. pri. adõde dixo q̃ el Chilo es vna sustãcia liquida semejante en su espessura à la Ptisana q̃ es ordiate, el qual se cõfige dela comida y beuida, quãdo se mezclã por manera q̃ primero ay permistiõ, o adunaciõ, la qual se ordena para la digestiõ, o coction, y la digestiõ se ordena para la nutriciõ, y la nutriciõ para la cõseruacion de la salud, como es conclusion de todos los medicos, y la permisti on, o mezcla, mejor se haze quando se come y bene-

Auic. canõ. 1. fen. 1.

y bebe juntamete. Empero aunq̃ es verdad que el beuer es necessario, y util, empero muchas vezes accidentalmẽte es causa de muerte y enfermedad quando se tomare en quantidad desmoderada, e indebita. Por lo qual de oy mas tratare mos qual es y quantas cosas se ayan de guardar para que el beuer no haga daño, para que cada qual sin medico pueda por si conseruar la sanidad.

CAPITVLO 2.

2. Si sea vtil y prouechoso beuer en ayunas, o no.

AVNque el beuer es vna cosa vtil y necessaria para la conseruacion de la vida, y para la sanidad, empero muchas vezes tomado en hora incompetente y no deuida se haze muy dañoso, y mortal, y es precepto vniuersal de los medicos q̃ no se beua en ayunas estãdo el estomago vazio đ mãjares, entiẽdese esto por via de beuida, y no de remedio medicinal, o quãdo la costumbre fuere

en con

Lo qual acaesce pocas vezes como de su yo sea de sustancia delgada y tenue, facil para penetrar, y no solamente es necessario para que haga al mãjar liquido prõpto para yr por las venas. Empero, y tambiẽ porq̃ humedezca el cuerpo y hincha las partes vazias y euacuadas de las humidades sustanciales que se consumieron y ensoluieron. Finalmente attenua y subtileza el mãjar para que cuele a todas partes, y hazele liquido a manera de ptisana, o ordiate, y este se dize Chilo, el q̃l como dize Auic. enl. 1. can. feu. pri. adõde dixo q̃ el Chilo es vna sustãcia liquida semejante en su espessura à la Ptisana q̃ es ordiate, el qual se cõfige dela comida y beuida, quãdo se mezclã por manera q̃ primero ay permistiõ, o adunaciõ, la qual se ordena para la digestiõ, o coction, y la digestiõ se ordena para la nutriciõ, y la nutriciõ para la cõseruacion de la salud, como es conclusion de todos los medicos, y la permisti on, o mezcla, mejor se haze quando se come y bene-

Auic. canõ. 1. fen. 1.

y beuejuntamete. Empero aunq̃ es verdad que el beuer es necessario y vtil, empero muchas vezes accidentalmẽte es causa de muerte y enfermedad quando se tomare en quantidad desmoderada, e indebita. Por lo qual de oy mas tratare mos qual es y quantas cosas se ayan de guardar para que el beuer no haga daño, para que cada qual sin medico pueda por si conseruar la sanidad.

CAPITVLO

2. Si sea vtil y prouechoso beuer en ayunas, o no.

AVNque el beuer es vna cosa vtil y necessaria para la conseruacion de la vida, y para la sanidad, empero muchas vezes tomado en hora incompetente y no deuida se haze muy dañoso, y mortal, y es precepto vniuersal de los medicos q̃ no se beua en ayunas estãdo el estomago vazio d̃ mãjares, entiẽdese esto por via de beuida, y no de remedio medicinal, o quãdo la costumbre fuere en con

en contrario, porque como dize el Cõciliador enla differécia.118. Algunas vezes cumple ante del mãjar beuer vn poco de vino quãdo los humores del viẽtre fuerẽ frios, y entonces cõuiene vino añejo, porq̃ admirablemẽte conforta al estomago y altera los humores frios como si fuesse xaraue confortatiuo. Y ay tambien caso q̃ en ayunas se beue agua por via d̃ remedio medicinal, cõuiene a saber, quãdo pretendemos amansar y aplacar el fuego d̃l estomago y su excessiuo ardor, Ni mas ni menos quãdo ay costũbre d̃ beuer en ayunas, vemos por experiécia q̃ muchos se hallã bién, porq̃ como dize Auicen. en la .3. del primero. *Vsus sunt res extra ratione existentes.* Quiere dezir. Las costũbres, y vsos son cosas fuera de razon: porque vemos algunos que luego como amanesce se van a las tauernas por la maluada costũbre q̃ tienẽ, y beuẽ sin auer comido y se hallã sin daño. Empero muchas vezes estos tales muerẽ repẽtinamẽte con su mala costũ

Auic. 3. pri.

bre

bre, pues luego no se deue beuer en ayunas, como lo dixo Auic. en la. 3. del. 1. doctri. 2. c. 8. y en la. 2. par. de los canticos, com. 34. y Gale. en l. 2. de los aphor. sobre aquel aphori. *Famẽ vini puri potio soluit* y Rasis en l. 4. de Almanso. Porque si lo que en ayunas se beue es agua, haze grã impedimẽto al calor del estomago, porque le amata y offende y destruye la digestion, y haze daño a los neruios, Especialmente despues de los baños y exercicios, Si fuere vino especialmente puro, porque sube al celebro, perturba el sentido y la razõ, daña los neruios, causa espasmo, y mucho mas en tiẽpo de enfermedad, o en tiempo caliente, porque el vino tiene poder de herir los neruios y dañarlos, como lo dixo Auerroes en el comento de los canticos.

Auic. 3. 1. do. 2. c. 8. Gal. 2. apho. Ras. 4. ad Al mans. Auer. comen. cantic.

CAPITVLO

3. si despues đ comer, passadas dos o tres horas auiendo sed conuenga beuer, o no.

La be

LA beuida se tome y due tomar por dos causas, o para mezclar el mãjar enñl estomago, como es la beuida q̃ se toma en la comida, o para que d̃spues ya del manjar digesto le destribuya y haga passar por las venas y por todas las partes del cuerpo, y por esta causa se deue beuer despues de comer quando ya el mãjar esta digesto y aya descendido al hondon del viẽtre, e intestinos; porque entonce la parte superior del estomago esta descargada alli manada por la perfecta digestiõ que se hizo enel despues se haze enel higado, y no es menester que la segunda digestion que se haze en el higado este perfecta para beuer sino la del estomago, como bien lo dixo el Conciliador en la differencia. 118. Y en este caso se puede beuer a plazer lo que da la gana, como lo dixo Auicena enla tercera del primero, doctrina segunda. capitulo septimo, y Galeno en el de solutione continua, y enel septimo del Methodo, y Rasis enel. 25. de su continẽ

te,

te,capitulo primero. Porque đ otra ma nera la beuida antes que el manjar este digesto enel estomago, y antes que aya descendido hara apartar del estomago la comida, y despegarla ha y hazerla ha nadar si fuere en quãtidad, y como la co mida, o manjar este despegado del esto mago, no se digerira ni hara nutrimẽto sino q̃darse ha indigesto y crudo por ra zon dela humidad đla beuida q̃ esta en tre el estomago y la comida. Y aũq̃ mu cho acose la sequia despues đ comer, an tes de la perfecta digestion no se deue beuer vino ni agua en cãtidad, sino chu pãdo, o como mamãdo vn poco, o abrir la boca al ayre fresco, o enjaguarse, ansi lo dixo Gal. eñl. 7. del Meth. Ansi lo di xo Auic. eñl lugar allegado, y despues enel. c. 8. del mismo lugar. Y aun dixo mas, que si la sed fuere vrgente, y no se pueda hazer otra cosa, que se beua en vna redoma, o vaso đ muy angosto ori ficio. E dixo q̃ para la tal sed mendosa y falsa que se causa de mucha comi-

Gal. 7 Meth.

da y embriaguez no ay cosa mejor para la aplacar como dormir, porque enel sueño, el calor reconcentrado y metido adẽtro, resuelue los vapores y materias q̃ son causa de la tal sequia. En fin cõcluye, que en tal caso se beua chupando poquito a poquito, porque de otra manera fuera delas causas allegadas, hara que el manjar indigesto vaya por las venas y haga heredar corrupciones y opilaciones. Empero si aguardã a beuer despues que el manjar este digesto y aya descendido. Siguẽse muchos prouechos. Conuiene a saber, que la tal beuida ayuda a descendir el manjar, sutilizale para q̃ penetre y passe hasta las venas pequeñas.

CAPITVLO

4. Si se deue beuer despues del exercicio y trabajo, o si se deua beuer despues de algunos manjares.

An-

ANSI como despues del exercicio, e trabajo e acto venereo, e vaño, no cumple luego inmediatamente comer ansi ni mas ni menos, no conuiene beber, la causa es, como lo dixo Aristoteles enel primero de los problemas, enel problema. 28. e problema. 30. porque el que ha trabajado o exercitadose, aun no se ha sosegado ni las superfluydades remouidas y agitadas son expellidas, ni apartadas. Cierto conuiene que el q̃ despues del exercicio o trabajo o coyto ouiere de comer o beuer, que primero se sosiegue, porque las superfluydades remouidas con el exercicio e mouimiento se acaben de purgar y expeller, porque entonces el calor natural esta derramado por todas las partes del cuerpo, e como este ansi desuñido y disparzido no puede digerir el manjar, e porende conuiene esperar a que se recoxga al estomago e viẽtre, pues de esta manera, la comida e beuida se digirira e cõuertira en buẽ nutrimento, de otra manera se boluera

Arist. 1. prob. 30.

en la naturaleza de las superfluydades que se purgan, y no obsta dezir, que ya no ay exercicio ni mouimiento porque del mouimiento passado, estan todos los miembros alterados e bullendo, aũque parezcan estar quietos: empero passado vn buen rato o espacio de tiẽpo, se puede comer y beuer a plazer, y no qualquier beuida y comida, sino que sea buena y loable. Ansi lo dixo Galeno enel tercero de sanitate tuenda, e Auicena en la.3. del primero doct.2.capit.7. Adonde dize que despues de trabajo y exercicio no se coman pesces por que se corromperan, e dañaran a los de mas manjares enel estomago, e dixo mas, que no comá fructas verdes ni secas, porque aunque paresce que al presente regalan y refrescan con su aguanosidad e humedad, despues causan corrupciones e putrefaciones, lo mismo se entiende de la beuida, y principalmente se deue aduertir, que no se beua vino sobre malos manjares, sino

Gal.3. de sani. tuen.

Aui.3 1 doct. 2. ca.7.

no fuesse para corregir e rectificar la ma
licia y vicio dellos: Pero en tal caso deue
se tomar puro en poca cantidad, la cau-
sa es, porque beuido sobre los malos mã
jares, haze los correr e penetrar hasta
las extremas partes del cuerpo: especial-
mente beuido sobre la comida de los
melones y pepinos, y ni mas ni menos,
haze gran daño beuido sobre manjares
agudos y calientes, como son ajos y ce-
bollas y otras cosas semejantes, lo vno
porque como estas comidas sean de mal
xugo con el vino penetrã por todas las
partes del cuerpo, y con su mal mante-
nimiento, dañan mucho, lo otro porque
como seã manjares calientes en dema
sia, y el vino tambien lo sea, causase
muy grandissimo ardor e inflamaciõ
en todo el cuerpo y fiebres calenturas
de humores corruptos, en los que tie-
nen muy muchos y differentes humo-
res aparejados para ellas, y en los q̃ no cau
san disposicion propinqua para calẽturas

por lo qual concluyamos, Que sobre ta les manjares no se deue beuer vino sino agua o vino muy debil, que sea de natu raleza de agua, porque estas tales beuidas quitan e tiemplan el excesiuo calor de los tales manjares agudos e calientes e por esso mando Aristoteles enel .22. de sus problemas, problema .8. que sobre las frutas calientes se beua agua, e sobre las frias vino bueno e poco, por causa de rectificacion. Estas cosas dixo Auicenna en la .2. parte de los canticos, enel texto del commento .34.

Ari. 22 prob. 8

Aui. 2 quar. ca ti. text. com. 34

CAPITVLO quinto. De los daños que se siguen de la demasiada beuida del vino.

MVchos son los daños que se siguen del demasiado beuer del vino, por que no solo causa males enel cuerpo, empero y en las costumbres, e porende dixo el venerable Beda, non enim decet vi

no in quo est luxuria, inebriari, eum qui musto spirituali desiderat impleri. Quiere dezir, no cumple ni es licito a aquel q̃ desea henchirse del mosto d̄l Spiritu sancto, embriagarse de vino, en el qual esta la luxuria, e por esso dixo muy bien Isac en sus particulares dietas, si el vino se beue como conuiene moderadamente causa muchos prouechos enel cuerpo, empero si se beue hasta embriaguez, engendrara e causara muchos daños cõtrarios, porque la embriaguez amata la lumbre de la anima racional, y con ella se cõforta la potencia bestial, e porende el cuerpo se queda a manera de vn nauio en mitad de la mar, sin gouernador, o como es quadrõ de gente de guerra sin capitan, e por esso la embriaguez aprueua cosas dignas de reprouarse, e alaba lo que se deue vituperar, y esto causa en los prudentes e sabios. Porque en los locos e tontos o ignorãtes, causa furor, causa hablar cosas sin tiento e razon, cõ yra y odio y rẽcor y soberuia, compelle los andar y mu

Isac dieta part.

darse de lugar en lugar, E finalmẽte ha ze los caer en adulterios en homicidios en furias y en otros vicios, y porende los que quieren conseruar su familia, conuiene se guarden del demasiado beuer, finalmente causa corrupcion enel Iuyzio debilitacion en las virtudes animales replecion al calor natural ahoga y enfriale, y porẽde causa apoplexia, perlesia stupor, spasmo tremor, corrõpe la cõplexion del celebro, y en algunos estomagos engendra colera, y en otros azedia, daña a los neruios, Empero si alguno cãsado y desecado de algun luengo camino o trabajo, quisiere beuer en abundancia, para satisfazer su appetito deue comer poco, ansi lo dixo Auicena en la tercera del primero doct. 2. capitu. 8. a donde dixo, Que el tal nose hincha de comida, ni coma cosas diureticas o abrideras, ni cosas dulces, sino q̃ coma cosas gruessas e vnctuosas, o cosas de pringue o carne lardada, migas de pan mojadas en caldo gordo, y porque no se puede poner regla

Aui. 3. 1. doct. 2 cap. 8.

regla cierta de la cantidad, que a cada qual conuiene beuer, tengase por regla que no se beua tanta cantidad de vino, que nade sobre el estomago, o le agraue ni haga ruydo, como lo dixo Auicena, en la .13. del .3. tractatu .1. capitu. 29. y Rasis enel quarto de Almansor, capitulo quinto. Empero si acaesciere la tal repleccion aggrauante de vino, hagase vomito, o beuan tras ello agua miel, y hagan luego vomito, y lauense la boca con vinagre e miel, e la cara con agua fria principalmente el flaco de celebro no lo beua, sino muy aguado, En fin el que se hinchere de vino, haga vomitos con mucha presteza, y sino pudiere vomitar beua agua tras ello, especialmente con miel, vse despues de comer membrillos, o su carne en conserua, e si vuiere hecho algun daño enel estamago o celebro, e le vuiere calentado muy demasiadamente, tomese luego simiente de arrayan tostada, o otra cosa alguna,

estreñida e mordàz , e vañese luego en vna tina Esto aconsejo Auicená enel lugar alegado.

CAPITVLO

sexto. De la agua o vino enfriada con nieue, o de otra manera, y de sus daños.

NO solo enestos nuestros tiempos ha mucho preualescido el vso del beuer con nieue, o arrimando la beuida a la nieue,o echando la misma nieue dẽtro de la beuida , empero y en los antiguos,pues dixo Galeno enel.7. del Methodo cap.4. que el dio agua resfriada, con nieue como suelen aparejarla en Roma. De los que echan dẽtro de la beuida nieue,no ay que tractar de ellos pues en buen romance tragan la muerte dulce,y sino lo sintieren de presente,sentirlo han si lo acostumbran adelante , no despues de muchos meses . Pues es cierto que es pòçoña fria en quarto grado,porque como

Gal. 7 Metho. cap. 4.

mo

mo este del yuierno passado retenida en lugares frijssimos y vmbrios donde no da sol, hazese vn misto pernicioso de intentissima e venenosa frialdad. Empero vengamos a tractar de los que beuē frio arrimado a nieue, e dezimos que segun la authoridad de los antiguos, es vna cosa peligrosa e sospechosa para la salud, porque aunque es verdad que en los mā cebos carnudos no paresce hazer daño, sino prouecho, especial en tiēpo de estio porque paresce que tiempla el excesiuo calor, e que reprime la colera, empero como diremos luego, es tan dañoso a los neruios e pecho, que adelante haze mucho daño, especialmente en la vejez, porque acarreara dolencias incurables, y q̄ por muy largo tiempo les durē en los miēbros principales e interiores. Finalmente les hara gran daño en los miembros frios e debiles. Ansi lo sintio e affirmo Isac en sus vniuersa. cap. 11. e Auicena en la. 3. del. 1. capi. 8. doct. 2. diziendo, Complexionibus temperatis aqua conuenien-

Isac in dic. vniuer. ca. 11.

Isac dietis vni. cap. 11.

Aui. 3 1. cap. 8. doct. 2.

ueniétior est quę frigiditatis fortitudine tẽperata existit, & cuius infrigidatio cũ niue deforis, non fit, quoniam in niue mã la huiusmodi dispositio existit, quod ex ea resoluitur neruis & membris anhelitus nocumentum facit, & omnibus interioribus, neque tolerat eam nisi vehementer sanguineus, & tamen si non alicui nocumentum fecerit ilico secundum longitudinem dierum faciet, & cum in annis processerit. Dize ansi, que la agua templada, que no es de fuerte frialdad, es mas conuenible a las complexiones templadas. Y finalmente dize, que aquella agua conuiene la frialdad, de la qual no le prouiene defuera por parte de la nieue, porque la que es enfriada en nieue, es de vna mala disposicion y manera, porque haze daño a los nieruos, e a los miembros de la respiracion que es el pecho y pulmon, y a todos los miembros interiores, y no puede tolerar la tal beuida, sino el que

es

es fuertemente sanguino, y sino hiziere luego de presente daño en algunos, hazerlo ha en largo processo de tiempo. Esto es lo que dixo muy bien Auicena, lo mismo dixo Isac en las particulares dietas diziendo, que la agua frigidissima es muy dañosa a los neruios del pecho, y hiere las tripas, y causa dolor enel vientre y apretamiento enel pecho, y en todos los instrumentos de la respiracion, y haze rompimiento en las venas, y si mucho se acostumbrare, verna spasmo, gotacoral, apoplexia y adormescimiento en los miembros. Lo mismo dixo Rasis enel .4. de Almansor capitulo .5 Diziendo. *Summo opere cauendum est, ne aquam niuis bibant.* Quiere dezir summamente se deue huyr el beuer agua de nieue, especialmente si el que la beue es de higado y estomago frio, o de muy flaca complision, y de poco espiritu. Lo mismo dixo muy bien Hippocrates, en el quinto Aphoris. 17. Ansi: Frigidum

Isac die tis, part.

Ras. 4. ad almen. c. 5

con-

conuulſiones, tethanos facit, &c. Y en otra parte. Frigidum inimicum neruis oſſibus &c. Y enel. 24. del miſmo libro. Frigida velut vix & glacies pectori eſt inimica. Lo miſmo dixo el Galeno enlos comentarios, y enel. 2. de victu acutorum diziendo. Que de toda coſa fria viene daño alos neruios: Empero el que lo quiſiere vſar, deue ſer moço de mucha corpulencia muy ſanguino e colorado de fuerte appetitiua, y que beua de ella en menos cantidad de lo ordinario, e deſpues de manjares caliẽtes, e vſe luego tras ella aloxa o aguamiel, e coma gragea de anis o canelones, o el miſmo anis o la canela: Pero Galeno enel. 7. del methodo, hablando de la flaqueza del eſtomago por cauſa calida dixo, que fue aliuiada muchas vezes con agua enfriada en nieue y con frutas frias enfriadas de la miſma manera. Cõ todo eſſo, ſu continuo vſo es muy peligroſo porque eſto que dize el Gale. es por via de remedio. Ya empero el vino enfriado con nieue no es de tãto per

Gal. 5. aph. 24 & 2. de Vi. acu.

juyzio

juyzio y daño. Eſpecialmente ſi el tál vino es roxo añejo fuerte rezio, porq̃ con ſu calor ſe tiempla la frialdad de la nieue, e con la ſubtileza de ſu ſuſtancia reſiſte a la congelacion e condẽſacion della anſi loquiſo el Gal. enel. 7. del Met. a dõde dixo Porro aquę vicia depẽdent oĩa ex eius frigiditatecuius culpa& moratur in precordiis diutiſsime fluctuationes excitat inflatum vertitur vẽtriculi robur diſſoluit vt deinde deterius cõquat ſed ne digerendo per corpus alimentum videtur aliqud cõducere quibus ſane viciis vinum contrarias vices obtinet. Dize en concluſion, que como los daños que cauſa la agua, todos prouengan de ſu frialdad, porque por eſta cauſa ſe detiene en las tripas y cauſa ventoſidad, y enflaquece la fuerça del eſtomago, para que no pueda digerir, y enfin dize que aun ni es prouechoſa para la diſtribucion del alimento por todo el cuerpo: pero que el vino obra todo lo contrario: dedonde ſe colige, que no es la miſma razõ en la agua

en-

enfriada con nieue como el vino, aunq̃ no carefce de daños en efpecial en tiẽpo de inuierno en los flacos e viejos, e frios e delgados, pero en los demas es mas conuenible en tiempo de eftio.

CAPITVLO 7. De los vinos en general.

EN los vinos fe confideran feys cofas, liquor, o fuftancia, virtud, olor, fabor, color, complexion, en quanto a la complexion dezimos en vniuerfal, que el vino es caliente y humedo, excepto quando es de quatro años o mas, por que en tal cafo es caliente y feco, anfi como lo dixo el conciliador differencia. 70. por auctoridad de Arifto. en el vndecimo de las problemas, problema. 36. En general los q̃ fueren de menor edad de diez y ocho años, no lo deuen beuer porque es añadir fuego a fuego, empero los mancebos pueden beuerlo con templança, efto quifo el Galeno en el primero

Concil. dift. 70 Arift. 11. pro. 36.

primero y quinto de sanitate tuenda. Porque dize que hinche la cabeça de humos vaporosos. Lo mismo dixo Auerroes enel quinto de su colleget, Finalmẽte como lo dixo Hippocrates enel tercero de victu acutorum: A donde ay temor de dolor de cabeça, y de lesion o daño de los sentidos, se vede el vso del vino. Pero deuese dar agua en su lugar o vn vino muy delgado y flaco de color de la palma, y sin olor, enfin que sea como agua en su sustancia, y este tal vino conuerna a los flacos, E deuese aduertir, que aunque es verdad, que a los viejos ya decrepitos, conuenga el vino, y les sea muy vtil en quanto toca para la confortacion de sus cuerpos y de su calor natural, y para despedir las superfluydades de sus humores, y dixo Gal. que el mayor prouecho que haze en los viejos, es calentarles todos sus miembros: pero no suffrẽ toda la fortaleza del vino, tambien como los muy jouenes, o varones, por razon de la flaqueza

Gal. 1. & 5. de sani. tuend. Auer. 5. colli

Ga. li. 5. de sa ni. tuẽ.

de

de su cabeça e de sus neruios, y por en de se concluye, q̃ el vino conuiene a los viejos por razon de remedio medicinal porq̃ el calor del vino repugna a la frial dad de su complexion: empero conuie- ne a los mancebos por razon de alimen to, porque la naturaleza del vino es seme jante y conforme a su naturaleza, y porẽ de cõuiene a los viejos guardarse del de masiado beuer de vino, porque facilmẽ te les herira la cabeça e neruos por don de les verna perlesia espasmo, gota arte- tica, porque a ellos no les conuiene sino por remedio e medicina de su flaqueza, y no por via de alimento, como lo dixo Isac en sus particulares dietas. Empero querer aqui contar las vtilidades del vi- no. Sera cosa larga por ser muchas, pues como dize Rufo, por el se fortifican to- das las virtudes del cuerpo, animal vital natural augmenta buena e loable sangre por la semejãça que tiene conella da buẽ sabor a los manjares mueue gana de co mer, irrita a luxuria, conforta al estoma

go

go y ayudale a retener el manjar y a expeller las hezes, corrobora todas las actiones del anima y cuerpo, Paresceese por experiencia, porque de tristes haze alegres, y muda el vicio de la anima en virtud, porque beuiendose moderadamente, que anſi ſe deue entender, conuierte la crueldad en piedad, la auaricia en largueza, la ſoberuia en humildad, la pereza en ſolicitud, el temor en oſſadia; el callar en facundia, la torpeza de ingenio en habilidad y aſtucia. Finalmente concluyo Horatio por dicho de otros, q̃ ningunos metros de los que beuẽ agua pueden valer ni viuir mucho. Y Enio el padre de los poetas nunca yua a cantar las armas ſino bien beuido: Pues luego como lo dize Iſac en ſus particulares dietas, El vino abraça las virtudes del cuerpo y del anima, porque esfuerça anſi las vnas como las otras, beuiendoſe moderadamente, y dixo mas, que los antiguos compararon al vino a la atriaca magna; porque hallaron por experiencia que

era socorredor y ayudador de las cosas contrarias, porque calienta lo frio y enfria lo caliẽte, humedesce lo seco, y deseca lo humido, Empero haze estas obras por diuersa manera, porq̃ calienta y deseca de su natural propriedad, empero enfria y humedesce accidentalmẽte: porque con la subtileza de su sustancia trae consigo la agua que se le mezcla por totodas las partes del cuerpo: con la qual se enfrian y rehumedescen. Finalmente tiene esta prerrogatiua sobre todas las cosas de mantenimiento, que con mayor presteza y facilidad se conuierte en sangre y alimento, como lo dixo el Galeno enel.2.de los aphorismos.

Gal.2. phor.

CAPITVLO

8.del vino aguado, y del vino de color y sustãcia de agua, y finalmẽte del vino blanco.

EL vino aguado, la mitad de vino, y la mitad de agua, mundifica, o limpia, laua, cõforta, haze sudar copiosamẽte, especialmẽte si el tal vino es blãco y

delgado y sutil, como lo dize Auic. en la 1. del. 4 tract. 2. c. 39. amata mas la sequia q̃ el agua sola, o el vino por si, como lo quiso el Gal. en el. 1. de simpli. facul. empero como el dize en el. 2, de vict. accut. debilita el estomago aunque beuido en poca quãtidad, es cõuenible para el estomago d̃secado, y en otra parte dixo, q̃ reblãdesce el estomago y le humedesce y le enflaquesce, y q̃ engẽdra y causa vẽtosidad en el, y ansi como el vino puro causa pulsaciones en las sienes y pesadũbre en la cabeça y sequia. Ansi el vino aguado amata la sequia por su frialdad y humidad, y los q̃ fuerẽ de flaco y frio estomago, o higado no deuen beuerlo ansi aguado, sino dexarlo para los q̃ son mas fuertes d̃ estomago y higado, y estos pueden vsar del por via de medicina cõ mas seguridad en tiẽpo y tr̃ra caliẽtes especial si son de edad de jouẽtud, de buena corpulẽcia, de officio trabajoso, acostumbrados alo beuer aguado, Empo los flacos y frios d̃ estomago y higado d̃ edad

Auic. 1. q. tra. 2. c. 39

Gal. 1. de sim.

de viejo de delgada y subtil corpulencia de vida holgada y no acostumbrados a lo beuer tan aguado, hallarse han mal con ello, porque aliende de otros daños mas presto se embriagaran con ello. Por que la subtileza de la agua q̃ tiene mezclada le haze mas penetrar y subir que si estuuiesse puro. Esto dixolo Auicena en la.3.del primero Doct.2.y Aristoteles en la tercera parte de los problemas en el problema.3. Finalmente conuiene en tiempo de estio, porque refresca y humedesce como hemos dicho. Empero tractemos del vino aguoso subtil claro q̃ al gusto muestra poca fuerça, al qual llama el Galeno en el libro de euchimia y cachochimia Oligophoro, este es vn vino que a los que tienen fiebres o enfermedades q̃ no son agudas, se puede dar mas seguramente que agua, y en las agudas despues de la euacuacion vniuersal de todo el cuerpo, en la declinació se puede dar sin peligro, especialmẽte si es aguado, porq̃ refresca y humedesce y mueue sudor

Auic. 3. Pri. Doct. 2.

Arist. 3. par. Prob. 3

Galen, lib. de euchi. cach.

ſudor e vrina ayuda ala virtud expultriz o alimpiadora, y los medicos deuen vſar de eſte tal vino y darlo a los enfermos con mas ſeguridad que agua, porque no derrocarien el appetito, antes confortarien el eſtomago y higado, y facilmente penetra por las venas y no tienta la cabeça, como otros vinos, y es de muy poco nutrimento, y de que ſe mezcla cõ agua luego pierde ſu fuerça, es bueno para cõciliar ſueño, y ayuda a digerir los humores medio crudos, en fin el conuiene ſin peligro en fiebres, y en perſonas colericas deſpues de la digeſtion, y en las agudas en la declinacion, deſpues de la euacuacion vniuerſal. Eſto dixo el Galeno en el. 3. de viu acutorum, y en el libro de euchimia & cacochimia, y en el libro attributo de vrinis, y Auicena en la primera del. 4. tractatu. 1. cap. 39. e Iſac en las dietas particulares. En concluſion eſte vino blanco de color de agua ſubtil de poca fuerça claro, conuiene mas por via de remedio medicinal que no por

Gal. 3. de vi-chi. acut. Avic. pri. 4. tra. 1. ca. 39.

via de alimento tal vino se paresce ser el que dizen de ciudad real, alomenos el perfecto y aũ el vino de Lillo, y el de Orgaz y Yeuenes, en fin el vino hecho de vuas verdejas q̃ otros llamã terrõteses porque este tal es vtil a los calietes y colericos, y a los calurosos en tiẽpo d̃ estio y en tierra caliẽte: el qual vino deue ser de vn año poco mas, y no puede durar mucho, porq̃ presto se azeda y ansi el Galle. en el. 4. de sani. tuẽ, alaba y apprueua el vino q̃ presto se azeda para ayudar a digerir los humores crudos. Cuentase tãbiẽ el vino roxo, o rubio, o cetrino en el numero o especie de vino blãco, a este vino tienẽ todos los auctores por rezio y fuerte, especialmente el Galeno en el 5. de simplicium facultatibus. Y en el 3. de victu accutorum. y en el. 4. de sanitate tuẽnda, adonde nõbra al tal vino falerno, y al aguoso en Asia Titacazeno, Empero aca en nuestras tierras de Castilla, es differente, porque los vinos blancos, roxos o rubios de arenas se hallan por

Gal. 4. de sani. tuen.

Gal. 5. de simp. & 3. victus accu.

expe-

experiencia ser suaues y delgados y que no hieren la cabeça, antes se halla que tienen las propriedades y virtudes del vino aguoso que Galeno llama Oligoforon, excepto en quanto al color y facilmente se azedan, que no es pequeño indicio de su suauidad y flaqueza, como lo dixo el Galeno en el. 4. de sanitate tuenda, antes por el contrario hallamos por experiencia que los vinos de esta tierra muy diafanos y transparentes de color de agua, se hallan por la mayor parte ser muy rezios, los quales aunque de presente parescen suaues dende a poco hieren la cabeça y nieruos, y embriagan con mucha facilidad, tal vino se halla q̃ es el de Sant Martin y de otras partes, empero aunque sea ansi y parezca en algunas partes de España no tener certidumbre, esta propriedad de los vinos rubios, empero por la mayor parte es cierta regla, y ansi digamos con Haliabbas en el quinto de su theorica. capit. 30. que el vino de color rubio, co-

Idem. 4. de sani. tuē.

Halia 5. theo. cap. 30

ra ſea rubio o roxo, agora ſea aguoſo en ſu color empero fuerte, como diximos del vino de S. Martin, agora ſea la malüaſia, o vino de los montes, no ſe beua ſino muy aguado, o por via de remedio para diuidir y enſoluer los humores grueſſos y flematicos, eſpecial ſe beuerá en inuierno y en poca quantidad.

CAPITVLO 9. De los vinos tintos claretes, y de los eſcuros grueſſos, turbios y no turbios.

LOS vinos tintos claretes, como eſcriue Haliabbas en el.5. de ſu theorica cap.30. ſon de fuerte calor y ſequedad, paſſan preſto abaxo del eſtomago engendran buena ſangre confortan el calor natural, ſi ſe dan en conuenible cãtidad, y por eſſo dixo el Galeno en el ſegũdo de los afforiſmos, ſobre aquel texto, famen vini potio, &c. El vino grueſſo y el colorado, o clarete, es de mas nu- *Gal. 2. aph.*

trimento que todos los demas:y enel libro de vinis. Los vinos claretes son conuenibles para la nutriciõ, especial si son dulces, empo dexado lo que dize el Galeno, enel lib. de solutio. contin. y enel. 3. de alimentis, pongamos el ordẽ de Isac que puso en las dietas particulares, pues dixo. El vino roxo de vuas negras: y el ruuio de color de oro de vuas blãcas, son los vinos mas caliẽtes, porque su calor es en grado tercero, y estan en medio de los extremos ygualmẽte. Empero el rubeo que es el clarete, es cercano a estos en su grosseza y dureza: y porende es de mas nutrimento q̃ todos, excepto el tinto obscuro: empo prouoca poco a vrinar y sube tarde a la cabeça y emborracha tarde, empero si vna vez empieça a embriagar, causa vna borrachez difficil de quitarse. Tal vino se nos muestra el que dizen de Yllana, porq̃ es de fuerte calor, y presto passa del estomago a las tripas, Empero de los vinos tintos ay dos differẽcias, porque vnos son tintos gruessos

Galen. lib. de solu. cõti. et. 3. de alim.

no turbios, otros gruessos y turbios, los q̃ son gruessos empero no turbios, son mas aptos para mãtener: y porende dixo Auic. enla. 3. del. 3, tract. 4. c. 4. q̃ el vino tinto gruesso y turbio daña a la vista y se deue huyr del todo, empero el gruesso no turbio, no se deue vituperar, porq̃ es mas apto pa la nutriciõ, y Gal. dixo q̃ el tal vino es cercano en su sustentamiẽto a la carne d̃l puerco, y porẽde es bueno para los mãcebos antes de comer, empero para los viejos no es cõuenible ni despues ni antes d̃ comer, porque causa enellos opilaciones enlos riñones y piedra en la vexiga, por el defecto de su calor natural, especialmente causara esto si es dulce y estreñido. En los que tienẽ poco calor y abundan de superfluydades. Finalmente como lo dixo Isac enel lugar arriba acotado, todo vino tinto es gruesso de naturaleza d̃ tierra y agua y mientras mas tuuiere de tierra, mas guesso y turbio sera, es contrario al aguoso y subtil, dificil de digestion, tardo

Auic. 3. 3. tractã. 4. cap. 4.

do de passar por las venas agraua el estomago, engendra sangre gruessa y fecosa, sube tarde a la cabeça, y vna vez subido causa borrachez difficultosa e indissoluble. Empero como lo dize Auice. en el. 9. del tercero, tract. 2. cap. 8. Es de mas nutrimento que ninguno, haze declinar los humores al contrario dela causa o occasion que tray desfallescimiento por resolucion, y reuoca y buelue el spiritu en su substācia y vigor. Saquese de esto por cōclusion, q̄ todos los vinos tintos se deuen huyr, porque son de mal xugo y humor y gruesso, e que tarde se distribuyē y tardamente corren, y se detienen, especial si son estreñidos e insuaues, como lo dixo el Galeno en el. 4 de sanitate tuenda, empero que los tintos que fueren suaues, y no estreñidos ni turbios, no se deuen huyr, sino es de los viejos, y de los que tienen poco calor, y estan aparejados a opilaciones de higado y baço y riñones.

Auice. 9. 3. tract. 2 cap. 8.

Gal. 4 de sani. tuen.

Capitu-

CAPITVLO

10. Del vino dulce, agora sea blanco, agora sea tinto.

EL vino dulce segun q se lee en diuersos auctores, especialmente en el Galeno de victu acutorum. Es dañoso para los que tienen o temen opilaciones de higado y baço y riñones, y los que temẽ piedra de vexiga, especialmente es dañoso para opilacion de baço, despues de la del higado, como lo dize enel mismo lugar, y aunque es verdad, que el vino dulce de suyo por ser dulce, es muy conuenible para la naturaleza humana, y que es atraydo con gran presteza del higado, por causa de su dulçura, como lo dixo Auicena en el. 14. del 3. cap. 19. Empero accidentalmente es muy dañoso por su grosseza y dulçura, por las quales cosas causa, como diximos, opilaciones y atapamientos en los miembros que hemos dicho. Empero dize el mismo Auicena en la. 10. del. 3. tract. 1. cap. 6. ansi como el

Gal. 3. victus accu.

Auic. 14. 3. cap. 19.

el vino dulce causa opilaciones en el higado, ansi abre opilaciones en los pulmones, de suerte que es bueno para los pulmones y para el pecho y tose, y para el dolor de costado en la declinació, aun que se deue de huyr adonde ay fiebre y calentura y sequia, porque la acrescienta y desseca la humedad de la saliua y la engruessa y apegasse y espessase en la boca y caña los pulmones: y hazese colera, como lo dixo Galeno, en el tertio de victu accutorum, y en el libro de vinis, dixo, que los vinos dulces no son conuenibles para la roxa colera; porque todas las cosas dulces son materia de la colera, empero es conuenible, como diximos para dolencias de pecho y pulmones, y como dize Isac en sus particulares, es caliente en segundo grado y seco en primero con alguna humedad relaxa el vientre, porque en toda cosa dulce ay virtud de relaxar y de hazer colar.

Gal. 3. de victu accutorum.

Isac diet par ti.

Capi-

CAPITVLO

11. Del vino ſtiptico ſubtil que dizẽ agreſtino, y del auſtero y pontico en fin de los vinos eſtreñidos.

AY vn genero de vinos de vuas agreſtes o por madurar que ſe llamà agreſtino, acerca de los barbaros, es vn vino blanco ſtiptico y ſubtil del qual hà ze Galeno mencion en el.3. de victu acutorum com.3 y.4. al qual llamo auſtero medianamente que es el eſtiptico, y eſte no mueue orinas, y conuiene a los corrimientos, y no es caliente como alli lo dize el Gale. antes conuiene a fiebres ephimeras y a inflammaciones de higado, como lo dize Auicena en la.3. del primero Doct.2. capitu.8. conuiene a la ſequia, daſe en lugar đ agua cõforta el eſtomago y tripas, no cufre agua porq̃ le hara perder ſu virtud, haze diſtribuyr el mà jar, es de menos calor de todos los vinos

Gal. 3. de victu ac cu. cõ. 3. & 4. Auic. 3. 1. doc. 2. cap. 8.

El

Gal. ibidem & lib. de euchi. El vino que se dize absolutamente austero, este no estriñe fuertemente sino con moderacion: empero mucho mas que el estiptico del qual hezimos agora mencion, como lo dize el Galeno en el lugar allegado, y en el libro de euchimia y cachochimia, adonde dize. Que no es de tá mal nutrimento, como el Acerbo opontico, del qual haremos abaxo mencion, porque conforta el estomago y tripas, y conuiene a los de complexion caliente, especialmente si es blanco; porque este resfria mucho. Empero el pontico que se dize apar de Galeno en el. 3. de victu *Gal. 3. de victu acutorum.* acutorum, acerbo es muy estreñido, es vino muy gruesso de mal mantenimiento, duro de digestion, no prouoca vrina *Isac in particulari.* estriñe y aprieta el vietre, sube tarde a la cabeça. Empero conforta el estomago y celebro, es vtil para los q̃ beuen malas aguas, las quales por su malicia descolorẽ las caras, y para los que beuen muy frio y de nieue. Finalmente ningun genero de estos vinos conuiene por via de

beuida

beuida nutrimental ſino por via de remedio medicinal para cõfortar los miẽbros interiores, y para detener fluxos y corrimientos.

CAPITVLO

doze. Del vino aromatico oloroſo, y del vino de mal olor e de ſus daños.

COmo dize el Galeno enel libro de Euchimia de mejor mantenimiẽto ſon los vinos aromaticos y oloroſos ſino que hieren la cabeça, empero para mouer vrina, ſon mejores los aguoſos y ſutiles, y no tocan la cabeça, empero cõuiene huyr en todo caſo de los vinos grueſſos e hidiondos, eſtreñidos inſuaues al guſto, porq̃ eſtos vinos de horrible olor, por ſu peſabumbre y peſsimo olor, dañan al celebro, y agrauan y hieren el ſentido, y offenden mucho las telas delos ſeſos, y engẽdrã vna maligna ſangre, eſpecial, ſi ſon vinos eſtreñidos,

campo el vino oloroso aromatico, anq hiere la cabeça con presteza, alimpia la sangre de corrupcion, alegra el coraçõ, y confortale, engendra buena sangre, clarificala, corrige la podredũbre, mueue appetito de comer, es de veloz y presta penetracion, y mientras mas oloroso y aromatico y de mejor sabor, tanto sera mejor, cõ tal q̃ la suauidad del olor no le venga por parte de fuera. Conuiene a saber, por la vasija en que esta, especial, si la tal vasija tiene almizcle, porque causara mucho dolor de cabeça. Esto se entiende, quãdo despues del vino ya hecho le aromatizan con cosas olorosas. Otra cosa es quãdo se cueze y conficiona en vasijas lauadas cõ cosas olorosas, En fin como dize el Auice. en la. 3. par. doctri. 2. cap. 7. Conuiene que el cõseruador de la sanidad beua vino de buen olor, y quanto el vino fuere de mejor olor y d̃ mejor sabor, sera mejor, Y que en general conuiene para el higado, excepto sino fuere demasiadamente calido;

Auic. 3. p. do. 2. c. 7.

do:y que el vino de olor siempre alegra y echa fuera la tristeza. Empero q̃ el vino sin olor ni aromaticidad es de ruyn nutrimento, no clarifica la sangre, ni cō forta el coraçō, ni causa alegria, aumēta los humores gruessos, y los humos y porēde causa tristeza y descontēto tarde, causa embriaguez, empero despues de causada con difficultad se desata.

CAPITVLO 13. del vino nueuo y de sus daños y a quienes haze mas daño.

EL vino nueuo que ha poco que se saco del lagar y se assento, tray muchos daños y males, porque como su parte gruessa y terrestre, no aya descendido, ni la parte de ayre subtil y humida, no se aya exhalado y subido a su lugar de arriba, esta turbio, y fecoso, y gruesso, y tiene poco calor y mucha humidad, gruessa y viscosa, por lo qual dixo Isac ē sus par. q̃ el vino nueuo es caliēte

Isac. di. par. 1. c.

 en pri

en primero grado , y porende declina a frialdad y humedad , por lo qual es mas indigeftible e grueffo, y de mas nutrimẽto que ninguno,engẽdra y caufa muchas ventofidades enel vientre y tripas, acarrea fueños horribles,engendra mucha copia de efperma,y porẽde incita mucho a luxuria,y por effo dixo Auicena enel. 20 del.3.tract.1.cap.37. fi ay cofa que tenga propriedad de engendrar efperma,es el vino nueuo,tiene tambiẽ otro daño grãde,que caufa opilaciones, efpecialmente en los caños de la vrina,y como dixeron Auicena y Galeno enel libro de Euchima & cacoch. Conuiene huyr del vino añejo en demafia y del vino nueuo, por que anfi el vno como el otro engendra fangre feculẽta,turbia grueffa, obfcura y vaporofa,el muy añejo , calentando demafiadamente y leuãtandovapores gruefos,el nueuo porque al contrario no calienta nada, E porende no fe haze afsiento ni apartamiento delo grueffo y turbio , y de lo liquido y delgado ; empero aquel

aquel vino se dira nueuo, que es rezien assentado, y que a poco que se hizo por el contrario añexo se dira el de siete años, y es caliente en tercero grado, el que no es nueuo ni añexo sino mediano, el comun es el que va de dos años para quatro, y este es caliente en segundo grado, aunque en esta tierra el vino de ocho meses, y de vn año no es nueuo, y el de año y medio o de dos es añexo: y aun mas lo quiero restriñir que el vino que ya esta clarificado liquido y puro y no turbio. Ya se tiene por vino añexo alomenos no por nueuo, y ay naturalezas de vinos que presto se aclaran, y de que son ansi nueuos aclarados y puros y drafanos son mejores que de que se añexan, como son algunos vinos de los montes de Toledo, y del principio de la mancha, y estos son los que facilmente se azedan, y no los reprobo el Galeno, como paresce en el. 4. libro de sanitate tuenda. Finalmente el vino que ya esta muy bien apurado y muy aclarado, y que ha heruido sufficien

temente es bueno, el contrario que es nueuo es muy malo, y es causa de muchos daños, especial si con esto es dulce, es muy dañoso a personas frias y humedas, E sea regla general, que quáto el vino fuere mas calido menos es humedo y menos tiene de superfluydad, el que fuere menos calido mas sera humedo y mas terna de superfluydad: vn prouecho solo tiene el vino nueuo que relaxa el vientre y mueue a camara, y si deste prouecho se priua tengase por vino pernicioso y mortal, fuera de estos daños, suele el vino nueuo causar camaras de sangre: las quales vienen por debilitacion del higado que se dizen en latin disenteria hepatica.

CAPITVLO catorze. Del vino añejo.

ANSI como no aprouamos el vino nueuo por bueno, ansi ni al añejo, digo añejo, el que passa de quatro o cinco años, que este es en esta tierra muy añejo. Digo esto porque comunmente llamamos vino añejo al que no es nueuo: porque ansi le llamamos al de ocho meses, y de vn año y de año y medio, y de dos años. Y estos vinos en realidad de verdad no son añejos sino medios entre los añejos y nueuos, y de estos no tractamos agora, sino delos que passan de quatro años y cinco, y este tal vino segun dize Auicena en la tercera del primero Doct. segunda captul. 8. Es como cosa medicinal y de poco nutrimento causa los daños mismos que el vino nueuo, porque haze impedimento en el higado y causa disteria hepatica, por la inflamacion que haze, y beuiendose poco de ello es vtil a las enfermedades delos nieruos, empero si mucho se beue es muy dañoso a los nieruos especial

Aui. 1. doct. 2 cap. 8.

a los que son flacos e debiles de neruios subtileza el vapor y humores gruessos, calienta y deseca en grado tercero, hiere el sentido y celebro, y daña mucho a sus telillas, subese presto a la cabeça, y al fin quita el sueño y mata, como lo tray el Galeno enel.2.de locis affectis en la histo ria del Grammatico, el qual de vna beuida de vino puro añejo, quedo perpetuamente sin sueño, yalfin murio con fiebre y desuario: empero es bueno tomandose en mediana cantidad para los frios y humidos, para los que tienen copia de humores crudos y frios, como lo dixo Galeno enel libro attributo de vinis, perturba los sentidos, y haze daño para la luxuria, porque deseca yresuelue el humor seminal: empero conforta la virtud expultoria. Cocluyese de aqui, que el vino bueno es đ media edad entre el nueuo y añejo de sustancia diafano transparente, claro blanco, que tire vn poco a roxo, de suaue olor al gusto ni agro, ni dulce, niamargo, ni que resqueme, ni sea como agua, si

G. l.2. de locis affectis

no de mediana fuerça ni de sabor estiptico o estreñido, tal vino suele ser el de vn año y poco mas.

CAPITVLO quinze. De las aguas quales sean mejores para beuer.

LA agua segun que leemos en los autores, especialmente en Auicena enla segunda del primero doct. 2. cap. 9. no es mantenimiento ni puede mantener sino solamente es vehiculo o guia del mantenimiento, quiero dezir que tiene officio de hazer passar el manjar, por todas las partes del cuerpo, y porende dixo el Galeno enel. 2. de victu acutorum; la agua no es manjar ni alimento, sino composicion del manjar, o que entra en la composicion del manjar; la razon es porque ni en potencia propinqua ni en potencia remota se puede conuertir en sangre, ni assimilarse a miembros es fria y humida, y segun dize el Galeno enel

Gale. 2. de vict. acutor.

Gal. 1. de sim. facul. primero de simplicium faculta. Es mas humida que fria, porque siempre se halla fria: pues muchas vezes esta caliente y hiruiẽdo. Empero no por esso pierde su humidad: es necessaria en dos maneras. La primera manera porque lleua la comida por todo el cuerpo con su sutileza y liquor, y dissuelue y adelgaza el manjar para que pueda passar y penetrar por las venas y todas las de mas partes del cuerpo. La segunda manera, es necessaria: porque refresca y humedesce: y porende refrena el demasiado encendimiento del calor estraño, y no natural y templa la agudez ẽl natural, y aplaca la sequia que se causa del tal encendimiento, y desata y deshaze los humos que se leuautan junto al coraçon, y conforta el calor natural con su actiuidad: La qual para ser buena ẽue tener dos condiciones, vna condicion de parte de su sustancia y essencia: y otra condicion de parte del lugar de donde mana, de parte de su essensia, deue ser

clara y trasparente diafana sin sabor, sin olor, sin color, subtil y liuiana: de manera que aquella agua que tuuiere estas condiciones sera la mejor, la que menos tuuiere dellas sera la peor, Conuiene principalmente, que el agua para ser buena sea en si muy clara y y diafana, porque la que fuere turbia como la de los rios que corren junto a las ciudades y poblados, es en gran manera muy mala, dañosa y ponçoñosa a la vida humana, esta tal conuiene que no tenga sabor, sino que sea al gusto simplicissima, e insipida, conuiene que no tenga en si ningun olor ni hedor, sino que carezca de todo olor bueno, o malo, cõuiene que no tẽga de si color, sino que sea del color del lugar donde esta. En fin su color natural, sea como de vidrio muy luzido y trasparente. Conuiene tambien que sea subtil y liuiana, por manera q̃ la agua q̃ mas liuiana fuere, essa sea la mejor, como lo dixo Hip. enlos Aph. Finalmẽte aquella

Hippo. aphor.

aquella es la mejor agua que cõ mas pre steza rescibe la impressiõ del ayre exterior (conuiene a saber) la que mas presto se enfria o calienta, como lo dixo Hypp. en el.5. de los apho. en el aphorismo.27. E para saber qual agua sea mas subtil y liuiana no se ha de hazer esta experiencia deuese tomar vn lienço viejo y partir se en dos partes yguales, de suerte que no pese mas la vna parte que la otra, mojense los dos paños o lienços partidos, el vno en vna agua, y el otro en otra agua differẽte y cuelguense los dos liẽços partidos, en vn mismo tiẽpo y en vn mismo lugar, y el paño que mas presto se secare y enxugare, essa agua es la mas subtil y mejor, La otra condiciõ que ha de tener el agua, es de parte del lugar dedõde nasce, o por donde viene: porque la que nasce enfrente del Oriente, esse allega o ladea hazia el Septentrion, de suerte que el viento euro o solano, y el cierço la meneen y soplen sera la mejor; la que nasce enfrẽte del medio dia, es la peor, y la que

nasce

nasce enfrenté de Septentrion, que es hazia cierço, es mediana en bondad, como lo dixo Hyppocrates en el libro de aere & aqua. Demas de esto la que fuere de fuentes, es mejor que ninguna (conuiene a saber) que la de los rios, de lagunas, de estãques, de pozos, de cisternas, y no deue ser de qualesquier fuentes sino de las fuentes areniscas y llenas de guijas muy luzias y limpias, o por tierra muy limpia y sin viscosidad, y mejor es la que viene por tierra limpia y simple, que no la que viene por piedras y peñas. Finalmente, como lo dizen Auicena en la.2.del primero cap.16.y Galeno. 1. de sanitate tuenda, deue estar descubierta al sol y al viento, E dixeron mas, q̃ la agua que passa por lodo es mejor que la que passa por peñas. La razon es porque el lodo alimpia a la agua y la laua de todas sus superfluydades, y de las cosas que se mezclaron con ella y la cuela, empero las piedras y peñas no hazen este effecto, esto deuese entender, quando el tal lodo

Galen. 1. de sani tuend.

no fuere aciéo ni hieda, ni sea viscoso sino vn barro, o lodo arenisco, o negro simple

CAPITVLO 16. Delas aguas lluuias, y de rios, y pozos, y estáques, y de sus propriedades para se beuer.

DESPVES de las aguas de las fuẽtes, son mejores segun leemos las aguas pluuias o llouedizas, y porẽde Isac en las particulares dietas, encomẽdo las aguas de los rios despues ꝗ las aguas pluuias, y Auic. enla. 2. del. 1. Doct. 2. cap. 16. dixo ꝗ de las aguas mas loables son las llouedizas, especial las ꝗ se recogẽ en tiẽpo de estio, y ꝗ vienen con truenos e relápagos, y dixo mas abaxo, ꝗ son aguas cõuenibles y que no les falta cõdició para ser escogidas, Lo mismo dixo Hyppocrates en los libros de aere & aquis. Empero Gal. 4. de sani. tuẽ. hablãdo del, apomeli, reprouo la agua lluuia: pero entiendese pa la cõposicion del apomeli, aunꝗ la aprouo pa la agua miel ꝗ se dize mul-

Auic. 2. doct. cap. 16.

Hyp. lib. de aere et aq.

Finalmẽte de suyo son muy buenas por q̃ se engẽdrã del vapor subtil d̃ las aguas de los rios y de otras cosas humedas, el qual vapor se alça a la media region del ayre por el calor del sol, empero con la frialdad del ayre se espesa en nube y cae hecho vna agua de muy subtil y delicada substãcia, y porẽde se corrõpe y hiede mas presto, y no es esto señal de mala agua sino de buenas: pues si cõ presteza se corrõpe, es porq̃ es tã delgada y subtil, y porq̃ es tã facil de corrupciõ es mala pa los q̃ suelẽ presto caer en fiebres o calenturas de humores podridos, como lo dixo Ras. en el. 3. del almãsor. c. 4. y segũ el *Ras. 3.* y otros por la misma razõ daña al pecho *ac Al-* y enrõquesce la voz, especialmente si la *ui. c. 4.* tal agua se mezcla con cosas malas, las quales le causan mal olor, Empero por esso las aguas pluuias, tienen tan presto mal olor y se corrõpẽ porq̃ son cõgregadas d̃ diuersas aguas e diuersas substãcias humedas, tras estas en bõdad sõ segũdas las de los rios, conuiene a saber aquellas
aguas

aguas de rios que estan mas remotas de los pueblos y ciudades y mas allegadas a su origen, donde nascen, y las que corren por arenas y piedras y mejores las que corren por piedras, porque salen mas sacudidas, y con el golpear se adelgazan y atenuan, mas esto se entiẽde en los rios, porque ya diximos que la agua de fuentes mejor es que corra por barro areñisco que no por piedras, por la causa y razon que ay truximos, empero las aguas de rios que estan junto a ciudades son muy malas, especial después de auer llouido, porque se enturbian y paran vermejas, la causa porque son malas, es por que echan en ellas cosas mortezinas e hidiondas, y lauan todos los paños suzios, y echan muchas superfluydades, y porende se deuẽ huyr. Finalmẽte son aguas gruessas y turbias porq̃ tienen ensi mezclada mucha tierra y arena, y porende son causa de opilaciones en higado y baço y riñones y de piedra de vexiga, ansi lo dixo Rasis en el.3 de Almãsor. cap.4.

y ha-

y haliabas en el.5.de ſu theorica, empe ro ſi para beuer no ſe hallare otra agua beuaſe con poluos de bolarmenico, o de eſpodio, ſi los que vuieren de beuer las tales aguas fuerẽ colericos y moços de calida complexiõ, empero ſi fueren viejos o frios flematicos, beuan la con almendras dulces y con harina de trigo, como lo mando Iſac en las particulares dietas, empero tambien ſera vtil beuer las tales aguas con vino blanco delgado muy aclarado, o cuelcſe por vn coladero de harina de tortas mojado, como lo dixo Raſis en el.6.de almã ſor cap.12.empero para ſi no ſe pueden hallar otras aguas ſino turbias ſe pone vna manera para las clarificar tomen vna mecha grande torcida de lana, y la vna extremidad de eſta mecha cayga en vn vaſo del agua, y la otra extremidad en vn vaſo vazio, y anſi poco a poco ſe deſtilara la agua clarificada en el vaſo vazio: tras las aguas de los rios ſon malas las aguas de los pozos, y las que

Raſ. 6. ad cap. 12.

Nn vienen

vienen debaxo de tierra por alcaduces, especial si los tales alcaduces son de plomo, porque tomã la mala qualidad del plomo, y causan camaras de sangre, como dize Auicena enla.2.del.1.Doct.2. cap.16. Porque dize, q̃ las aguas de los pozos y d̃ los alcaduzes son vnas aguas muy estrechadas, y que por largo tiempo hã adquirido vna substancia de tierra gruessa, y que porende no es possible sino que tienen ensi corrupcion y putrefacion, En fin como lo dize Auicena en el lugar allegado, las aguas que no corren sino que se estan quietas, no son vtiles al estomago y mas abaxo, *cũ aqua non currit proculdubio, &c.* Quiere dezir, como la agua no corra, sin dubda ay en ella alguna pesadumbre, y aun acaso en muchas aguas, ansi de esta manera detenidas, ay alguna estipticidad y se conuierte para escallentar, y porende no son vtiles para los que tienen fiebres o calenturas, ni para los que abundan de colera, esto dixo Auicena, por lo qual las aguas de los algibes ni de las cister-

Auice. 2. 1. doc. 2. cap. 16.

cifternas,aunque fean de aguas llouedi zas,no fon cõuenibles, porque como lo dize Ifac enlas particulares die.como fe detengan por mucho tiẽpo refciben vna mala qualidad yhumofidad d̃la tierra,aunque comunmente fe alabẽ las tales aguas, y las aprueuen muchos medicos,los quales verdaderamẽte no lo fon porq̃ no differẽ de los vulgares,pues no mandã dar otras aguas fino la de los algibes y cifternas a los q̃ tienen calenturas,lo qual mãdan ignorantemẽte, porque ni leen los libros,ni los auctores, y no leen mas de ciertas receptas que hallan efcriptas, los quales no quieren fer medicos,mas d̃ por ganar,y anfi mas fe dã a eftudiar palabras y cautelas pa poder atraer los enfermos afsi, q̃ pa curarlos,Digo pues q̃ fi leyeffen lo q̃ el Auicena dize,y todos los demas auctores, no mãdariã beuer las tales aguas a los q̃ padefcẽ calẽturas.Por la mifma razon fon muy malas las aguas de los eftanques, y mucho peores que ningunas, como

lo dixo Auicena en el mismo lugar allegado, y Rasis en el. 3. de Almansor cap.4. porque se detiene mas que ninguna agua, y esta mas sin mouimiento y se esta quietamente en sus manantiales, y porende es peor que la de los pozos, acrescienta el baço, augmenta las calenturas de humores podridos porque esta en agujeros de tierras podridas y hidiondas, emana con muy lento mouimiento, al fin causa opilaciones en higado y baço y colera roxa, como lo dixo el Galeno en el libro de bonitate aque.

Ras. 3. ad al.

Galen. lib. de bonita. aque.

CAPITVLO 17. De la agua caliente y tibia y de la cozida.

COMO todos los extremos sean viciosos, la agua actualmente calida es mala, ansi como la muy fria actualmente: Por manera que no se sigue que porq̃ la agua muy fria es mala,

por

por esso la muy caliente es buena, sino que ansi la vna como la otra es mala, y no solamente es mala la agua caliente actualmete. Empero y la que es calien te en virtud como la agua salada, o la agua aluminosa. Digamos pues del agua actualmente calida, que no es conuenible antes es dañosa, como lo dixo Auicena en el.2.del.1.Doct.2. capit.16. pues dixo. *Aqua calida digestionem corrumpit, facit natare cibum neque illico extinguit sitim, &c.* Dize la agua calida corrompe la digestiõ, haze nadar la comida y no mata luego la sequia, y algunas vezes acarrea hipodresia y hetica, y cõsume el cuerpo, y dixo mas abaxo, que quando esta tibia causa ascos, empero quando estuuiere calida y si se beuiere en ayunas laua el estomago y relaxa el vientre, y que es malo beuerla de cõtino, porque debilita el la virtud, pero la que estuuiere muy calida muchas vezes resuelue la colica passion y quita la ventosidad del baço, empero

Auic. 2.1. do. 2.c.16.

la tibia, no se deue beuer, porq̃ resuelue la virtud d̃l estomago ansi como la fria la estriñe. Esto dixo Auicen. enel. 1. del 4. c. 26. y por esso dixo el Galen. enel. 1. ad Glauconẽ. que toda cosa tibia es relaxadora y desata el vientre, y porende la agua se deue beuer moderadamente fria, Empero por via de remedio medicinal, suele conuenir la calieͭte en los vomitos de colera, y enla gota artetica, pero su vso no deue ser frequente, ni mas ni menos se deuen huyr las aguas saladas, porque hazen enmagrescer y desecã. Y aunque al principio paresce que hazen correr el vientre por la virtud q̃ tienẽ de raer las tripas y estomago, despues al cabo aprietã el vieͭtre por su natural sequedad corrompẽ la sangre, causan sarna y comezõ, como lo dixo Aui. enel. 2. del. 1. c. allegado. Tambiẽ son malas las aguas aluminosas, porque detienen las reglas de las mugeres, y las almorranas, y presto causan fiebres y calenturas en los calidos y colericos. Tápoco

Auic. 1. 4. c. 26.

Auic. 2. 1.

poco se deuē beuer aguas azeradas, sino por via de remedio para detener fluxo de camaras, o sangre, y para los que tienen baço. Empero el agua cozida, y despues enfriada, es vtil, porque como dize Auicena enel mismo lugar, la decoction corrige y rectifica la malicia de la agua, porque le quita la espessura que tiene por razon del frio, y la haze penetrar, y finalmente la torna mas clara y pura, porque haze descendir las cosas gruessas y terrestres que tiene mezcladas. La agua que se ha de cozer para los enfermos, ha de ser, la de fuente, o cisterna, o rio, porq̄ la del pozo hase de huyr como mala. Finalmente el cozimiento aclara y purifica la agua, resuelue la ventosidad, haze descendir al suelo de la vasija las cosas gruessas y terrestres. Y por ende, como lo dixo Galeno sobre el. 6. de las Epidemias, deue despues de cozida ponerse a resfriar y reposar, para q̄ poco a poco descienda̅ las cosas gruessas y terrestres.

Gal 6. Epide.

CAPITVLO

18. De la aloxa, cerueza y ſidro, clarea.

LA aloxa es cierto genero de agua miel q̃ ſe haze con eſpecias calientes, beueſe en tiempo de eſtio, porque dizen que refreſca, y no ſe engañan mucho en ello, porque aunque ſea verdad que por parte de las eſpecias y la miel calienta, empero por la mucha porciõ de agua refreſca, y las eſpecias hazẽ penetrar la agua por todo el cuerpo, porque abren los caños y poros del cuerpo, y anſi caſualmẽte y de per accidens refreſcan, aunque de ſuyo calienten. Y hallaſe por experiencia en la aloxa, y anſi el Galen. en el. 4. de ſanitatẽ tuenda, hablando del apomeli, que es como aloxa hecho de agua y de la miel, que ſale por cozimiento de los panares, dixo. *Apomeli optimum tota ſtate bibitur refrigerantis vice*. Dixo que aquella manera de aloxa q̃ ſe dize apomeli ſe

Gale. 4 de ſani- ta. tuẽ.

beue

beue por el eſtio para refreſcar, de aquí ſe infiere, que es coſtũbre antigua beuer enel eſtio la aloxa para refreſcar, porque como dize el miſmo en el.2. de compoſicione ſecũdum locos. Muchas coſas ay que de ſuyo ſon dañoſas para alguna enfermedad, empero caſualmẽte hazen prouecho, Como quãdo en la freneſia ſe pone el defenſiuo de azeyte roſado y vinagre ſiendo el vinagre tan mordaz y dañoſo para qualquiera inflamaciõ, empero dize que porque es ſubtil y aperitiuo haze prouecho porq̃ haze que el azeyte roſado penetre haſta el celebro y ſus tunicas, y anſi vulgarmente ſe dize, eſpecial entre labradores y ruſticos, y aũ entre otras perſonas de mas quilates, que el ajo calienta en inuierno, y refreſca en el eſtio y que lo hallan por experiencia: lo qual aun no careſce de razon y auctoridad, porque como dize el Galeno en el.6. delas epidemias com. 2. ſobre aquel texto que comiença, *humorem alium non pro-*

Gal. ibidem.

deuntem educere, &c. Asi como el golpe de la agua fria sana al tethano, o espasmo que es vna enfermedad fria por causa de reuocar a dentro el calor natural, ansi de la misma manera ay otras cosas calientes, las quales aunque de suyo seã calientes, empero refrescan accidentalmente, porq̃ despiden y hazen euaporar a fuera el vapor fogoso, entre las quales cosas calidas se puede poner por exemplo el ajo, pues comido por estio en cuerpos robustos haze euaporar y salir a fuera el calor fuerte del estio, por lo qual dixo el Galeno. 12. del meth. que no causa sed, porende no se deue tener en poco el parescer de muchos, sino considerarlo, Pues luego boluiendo a lo del agua miel de especias que se dize aloxa, deziamos según comunmente se experimenta, que refresca en el estio, ansi porque con sus especias calientes haze salir a fuera el calor del estio, como porque tiene mucha porcion de agua: la qual es

Gal. 12 met. c. 8.

lleua

lleuada por todo el cuerpo por ſus eſpecias. Empero entiendeſe en cuerpos libres de opilaciones y ſanos, y mas en flematicos y frios y viejos, que en colericos y calientes y moços, engendra ventoſidad aunque poca, y por razon de las eſpecias y miel acreſcienta la colera. La clarea que en latin ſe dize, *vinum mulſum*, y en griego ænomeli, ſegun Dioſcorides, hazeſe de vino añejo y auſtero y de muy buena miel, hincha algun tanto, prouoca vrina y por eſſo es dañoſa beuida deſpues de los manjares, hazeſe con dos partes de vino, y vna de miel, y poneſe al fuego haſta que alçe heruor, y luego ſe guarda en otros vaſos, da buen mantenimiento al cuerpo differe del vino llamado hyppocras, porque eſte ſe prepara con açucar y el otro con miel, aunque anſi el vno como el otro lleua canela. En fin como lo dize el Galeno quinto de ſanitate tueda, todo vino hecho cõ miel es muy *Galen. de ſani.*
conue

de causa piedra, embriaga, daña a la cabeça, engendra viento, y viciosos humores, y lepra, paresceese la cerueza no ser el zitho de Dioscorides, por lo que dixo el Italiano en su perque ansi.

La ceruosa del mele e inflatiua
Ventosa melza e fegato opila
Ma de vua passa el estomaco resila
Desichi ensia e cazza via gli humori
De datari fa humori multo grossi
La mente offende e gli humori si farossi
Vin fatti de gran dorgio non son boni
Fan mali humori e son a pardir dure
Restringen el fegato e petrasano pure.

Empero la beuida llamada sidra, que se haze de mançanas en Vizcaya, refresca sobre manera: empero es muy vētosa, ay otros generos de beuidas dulces, como vinos que dizen cozidos, maluasia, empero todos se reduzen al genero de vinos dulces, de los quales diximos arriba.

Capitu.

CAPITVLO

19. Que se deua hazer despues de comer o beuer, para que la comida y beuida se digiera.

NO basta comer el manjar y colar la beuida, sino que es necessario q̃ despues de comido y beuido se digiera, por manera que la digestion se ordena para la nutricion, y la nutricion para la vida, porq̃ como lo dize Gal. en el.5.del methodo, no se haze distribuciõ por todo el cuerpo, porque la comida y beuida se cuele por la gula al estomago, sino por la digestiõ q̃ se obra en el estomago e higado, y porẽde cõ todo estudio y diligẽcia se deue procurar q̃ la digestiõ se haga y se perficione, por lo qual despues de comer y beuer deuemos andar e passearnos vn poco, hasta en tãto q̃ la comida descieda al lugar de la digestiõ y despues de auer descẽdido, no se deue andar mas sino estar cõ quietud y sossiego porq̃ la quiete y sossiegue, es causa q̃ el

Gale.5 metho.

calor

calor naturál se recoxa de a fuerá para dentro, y se obre muy bien la digestion y por esso dixo Auicen. enel.13.del.3.tractа.3.ca.1 *cibus indiget quiete & somno vsq3 quo bona fiat digestio.* Quiere dezir, el manjar tiene necessidad de quiete y sueño, hasta que se haga buena digestion, pero q̃ luego despues de la comida se aya de hazer algun mouimiẽto, el mismo Auicena lo mando enla.3.del.1.Doct.2.cap.7.y Ras.en el. 25. del continente cap.1. a donde dixo, *dixit, Tabri, post cibum debes ambulare per centum passus, &c.* Quiere dezir despues del manjar deues andar ciẽ passos, y has de declinarte hazia el lado yzquierdo, euitãdo despues de comer el vaño, la caualleria, Porque el fuerte mouimiento despues del manjar y los accidentes del animo, y el estudio hazen y causan putrefacion y corrupcion. Finalmẽte el mouimiento pequeño despues del mãjar cõforta el estomagó sobre la digestiõ prouoca orina, mueue a camara, y haze que el hombre tenga apetito de

Auic. 13 tra. 3.ca. 1.

Ras. 25 con.ca. 1.

de cenar como lodixo Rasis enel lugar alegado por authoridad de Rufo. Lo mismo dixo Galeno enel.2.libro de cõpositione secundum locos, ansi. *Cæterũ ante cibum quidem pluribus de ambulationibus & vtendum post acceptum vero cibum breuibus & lentis.* Quiso dezir antes dela comida o manjar, deuemos vsar mucho passeo, empero despues hemos de vsar de poquito passeo y liento, o perezoso y quieto. Lo mismo dxo enel.6.de Sanitate tuenda, ansi. *Si caput sit repletum sucurrendum de ambulationibus maxime ante cibum nil vetat quin & post cibum cæterũ has quidem lentas esse oportet, illas his celeriores.*

TRACTADO DEL VSO DE LAS MUGERES,

y como sea dañoso, y como prouechoso, y que cosas se ayan de hazer para la tentacion de la carne, y del sueño y vaños.

CAPITVLO

1. En el qual se declara, que cosa sea el coyto, o acto venereo, y si la delectacion del tal acto sea mayor en la muger que en el varon

MVCHOS aura q̃ me quieran reprehender de deshonesto y torpe porque quiero tractar de esta materia, Empero como dize Aristoteles en los topicos, cosa es de locura y temeridad congoxarse el hombre, porq̃ qualquiera affir

me lo que es cõtrario a los dichos delos sabios, especial mente cõtra lo que es natural, y para algũos necessario, Assi que como del tal acto se sigua no pequeña vtilidad, vsandose bien como deue pa la salud del cuerpo y conseruacion de la generacion, pareciome no dexar de dezir y tractar algo dello, y digo segun el conciliador differencia. 124. que el coyto o obra de engendrar, no es otra cosa sino vn ayuntamiento del macho y hembra en los miembros de la generacion, con el qual se expelle lo superflo de la postrera digestion, ordenado para la conseruacion del indiuiduo y especie, y como el fin de este acto sea en dos maneras. El vno y mas principal para la generacion y multiplicacion del linage, y el otro necessario para la salud del cuerpo y gouernacion y regimiento del, no tractaremos del fino en quanto toca para este segundo fin o intento, aunq̃ a cerca de algunos y de muchos su fin

fin no ſea ſino para ſola la delectacion y deleyte de la tal obra, empero porque eſta delectacion, no es ſino para que mediante ella ſe continue la generacion, y no para que ſea fin, por eſſo no tractaremos de ello ſino en quanto toca para la gouernacion y ſalud del cuerpo: el qual ſea honeſto y concedido de los catholicos, el qual es neceſſario entre marido y muger, Y ha ſe de aduertir que en el exceſſo que ſe haze en eſta obra de generacion ſe cometen muy grandes y graues errores, anſi en el cuerpo, como en la anima, por que muchos no ſaben en quantos diſcrimines y peligros caygan los que arrienda ſuelta ſe dan a eſta delectacion, lo qual entenderan ſi del todo leyeren eſte mi tractado, ſi tienen cuydado y auiſo de procurar mas de la ſalud de ſu anima y cuerpo, que no de ſu vehemente delectació, aunque ſea de muy hermoſa muger, la qual por auentura

es insaciable,como las demas mugeres las quales naturalmente son de apetito insaciable,pues como dize Salamon en el treynta y nueue de sus prouerbios, tres cosas son que nunca se hartan , la boca del infierno,la vulua, el fuego. El qual parescer fue de Aristoteles enel.4. de sus problemas en el problema .26. especialmẽte son de apetito insaciable. Las donzellas que estan en su iuuẽtud, la causa es , porque tienen los orificios angostos y estrechos, mas q̃ las de mayor edad,y tienen menos humedad, la qual como sea compellida a salir cõ la fricacion del coyto , y por ser poca no salga , mas antes se quede en los orificios y vias de la matriz, es necessario q̃ se enfrie y quiera ser expellida y alançada otra vez, por lo qual ay gran apetito de mas fricaciõ para que salga fuera y sea expellida, y porende no ay para que alguno contienda y porfie con ellas para poderlas satisfazer y vencer porque son de apetito insaciable,y mas luxu-

luxurioſas que los varones. Y por eſſo dixo Ouidio en el libro de arte amãdi.

Nollibus in pratis admugit fœmina tauro
Fœmina cornipedi ſemper adhinnitequo
Fortior in nobis nec tam furioſa libide eſt
Legitimum finem flamma virilis habet.

¶ Dize, q̃ enlos blandos prados la vaca con ſu bramido llama al toro, y que la yegua ſiempre llama al cauallo con ſu relincho, empero que en noſotros es mas fuerte la luxuria, aunq̃ no tã furioſa, y que el encendimiento de luxuria tiene fin y termino en el varon, empero no en la muger, eſte pareſcer fue de Auicena en el.21.del.3.cap. 2. adonde dize, *multiplicatur delectatio mulierum in coitu ſuper delectationem virorum &c.* Adonde dize, que en el coyto o ayuntamiento venereo ſe augmẽta el apetito y delectaciõ de las mugeres mas que en los varones, anſi por la fricacion que haze el varon, como por el mouimiento de

la matriz,lo mismo dixo Aristoteles ẽ el 9.de animalibus,y Haliabas en el. 5 . de sus theoricas.Empero es opinion de algunos, que el apetito o luxuria de las mugeres es mayor extensiuamente, y que en los varones es mayor intensiuamente. Quieren dezir por mas claros terminos,que la delectacion de las mugeres,dura mas tiempo que en los varones, empero que no es de tanta vehemencia y encendimiento, al contrario en los varones,pues el apetito se les acaba presto,e dura menos que en las mugeres, empero que en el tiempo que son tentados, tienen mayor furia y encendimiento, pero que sea lo vno, que sea lo otro, no deuen los varones porfiar en satisfazer y vencer los apetitos de las tales mugeres, sino quieren incurrir en diuersas enfermedades,especialmẽ te si los varones de su naturaleza no son habiles y aptos para la tal obra, como despues diremos.

Capi-

CAPITVLO

2. En el qual se declaran las vtilidades y prouechos que se siguen del moderado ayuntamiento con las mugeres, y delos daños y males que se siguen de dexar la tal obra, a los que estan acostumbrados a ella.

EN este capitulo no vẽgã los religiosos y castos, por dos razones. La vna porq̃ no son acostũbrados al ayũtamiẽto de las mugeres. La otra, porq̃ son tẽplados y ayunã, y se guardan de cosas q̃ promueuen a luxuria, especialmente se guardã del vino, en el q̃l como lo dize el Apostol, esta la luxuria, porq̃ esto q̃ escreuimos en este capitulo, es para los q̃ vsan de vino copiosamẽte, para los que comen muchos y delicados mãjares, y vsan de cosas q̃ irritan a luxuria, y finalmẽte pa los q̃ estã acostũbrados al tal exercicio d̃ luxuria, porq̃ si estos tales dexarẽ esta costũbre, y jũtamente no dexaren la vida ociosa y holgada y los man-

lares muchos y gustosos, entiendā que les succederan todos los daños q̄ escriuio Haliabbas en el. 5. de su theorica cap.36.adōde dize,que si esta superfluy dad de simiente se dexa acrescentar en los vasos seminarios, y no se expelle y alança por coyto, ni la naturaleza la pu diere expeller causar seha ē los tales lugares hinchazon, pesadumbre en todo el cuerpo, y muchas vezes la tal superfluydad detenida se escalentara mucho dentro en sus vasos, y se causara fiebre o calentura, porque los miembros genitales y sus cercanos se encenderan o excalentaran continuamēte hasta q̄ el calor allegue al coraçon, y algunas vezes el vapor de la tal superfluydad, sube hasta el celebro adonde engendra muy malas enfermedades, y dixo mas abaxo, que si el que es acostumbrado dexa re el tal ayuntamiento se le hara el sen tido voto y entorpescido, y el ingenio y entendimiento se le ofuscara y succe derle ha pesadumbre de cabeça, escu-

rescer-

rescerse le ha la vista, disminuyrse le ha la gana del comer,y algunas vezes se le mudara su naturalcomplexion,y de su birse el vapor del esperma a la cabeça se causara melancolia mania, pararse le ha el cuerpo frio ymuchas vezes le suc cedera temblor en los hijares, difficultad de Anhelito,y muchas vezes Escotomia y a caso,como dixo Hali Rodoã, la tal superfluydad de esperma se torna veneno o ponçoña biuorezna, como acaesce a las biudas y a muchos varones que lo dexaron,los quales murierõ repentinamente,lo mismo dixo Auicena enla primera del.3.tractatu.5.cap.8. y en los canticos dixo,*cuius commẽdatur iuuentus quatenus per eum a nocumentis perniciosis liberantur.* Lo mismo Galeno en el *6.de locis affectis,* adonde encomẽdo mucho la expulsion dela tal superfluydad, porque dize, que por el se escaparan de muy fuertes enfermedades,adonde dixo que conoscio a muchos, los quales por apartarse del tal acto se enfriaron

e incurrieron en gran tristeza, y en estra
ños pensamientos, entiendese delos que
primero lo acostūbrarō, y truxo por exē
plo a Diogenes el qual no quiso muger
alguna por deleyte ni contento sino por
conseruacion de su salud. Porende co
mo lo affirma Almansor en su lib. 4. ca-
pitul 6. El coyto moderado descarga y
aliuiana el cuerpo repleto, alegra el ani-
mo, aplaca la yra, quita pensamientos,
aliuia la cabeça y los sentidos, lo mismo
dixo Aristoteles en el. 30 de los proble-
mas, proble. 1. y Auerroes enel. 6. de su
colliget y Galeno, el qual es sobre todos
en el. 6. de sanit. tuen. adōde dixo, que en
las disposiciones đ mucha y calida simiē
te, no cōuiene del todo apartarse del coy
to, Empero no es licito esto para los ca
tolicos que no son casados, y por esso di-
xo el Apostol. 1. ad chorinthios, *qui non se continent nubant*, quiere dezir, q̄ los que no
puedē ser cōtinētes y castos que se casen,
empero los q̄ no quieren casarse, o los q̄
no lo puedē hazer, como sō los sacerdo-
tes

tes y religiosos, puedē muy biē guardar se sin offensa de su salud, huyēdo y apartādose delas cosas q̃ irritan a luxuria, las q̃les diremos enlos capitulos q̃ se siguē.

CAPITVLO

3. Delos daños y males del superfluo vso del coyto y luxuria.

MVcho mayores son los daños y nocumētos del superfluo vso d̃ la luxuria q̃ prouechos del moderado vso d̃ ella, porq̃ aunq̃ como arriba diximos, el vso moderado del tal exercicio sea aprouado pa cōseruaciō del cuerpo robusto y juuenil tiempo si se haze d̃smod̃radamēte y cō mucha frequēcia es destable vicio y costūbre, porq̃ no solo es sobra dañosa pa algunas partes del cuerpo, empero tābien pa todo el cuerpo, en vniuersal, primeramente haze daño a la vista, ansi como el demasiado vino, lo qual dixerō Auic. en el. 3. del. 3. c. 4, Rasis. en el. 4. ad Almans. capitulo. 16 y Aristo. el 4. libro de sus problemas. problem. 2.

haze

haze tambien daño a los neruios y al estomago, y a las mugeres que hā mal parido, o hecho aborto, y a los que tienen dolor en las ancas, como lo dixo Aristoteles en el lugar allegado, y Auicena en la.13 del.3. capitulo vltimo del primer tractado, porque todos pusierō por muy buen remedio dexar las mugeres para la flaqueza del estomago, pues dixo Aristoteles en el. 4. de sus problemas. problema. 4. que el demasiado coyto enfria el estomago y le deseca. Finalmēte acarrea presto abreuia la vida: lo qual como dize Aristoteles se paresce por los gorriones, los quales el frequente vso de la luxuria biuen poco tiempo, pues no viuē mas de vn año lo qual se paresce, porque son muy pocos los gorriones que tienen negro el papo, pues la tal negregura es señal de vejez en ellos, porque como el dize, en el. 4. de sus problemas proble. 21. Los q̄ mucho se dā a este deleyte y vicio se ensueluen y se tornan flacos, y caen en varias

rias

rias enfermedades y dolores, enfriase
les el cuerpo, mortificaseles la virtud y
el calor natural, la causa es porque por
la tal obra se euacua el mantenimien-
to y subståcia de los miembros, que se
dize postrera digestion, pues al gusto
de la tal delectacion se derrama no po-
ca copia de los espiritus vitales y na-
turales. Finalmēte haze incurrir en eti-
ca, porque la euacuaciō que se haze por
coyto, no es de la manera de las demas
euacuaciones que se hazen por sudor,
o orina, o escopedina, o sus semejantes,
sino es vna euacuacion de pura substan
cia y de alimēto vltimado y loable de
los miembros. Finalmente la tal hume
dad de esperma es de la mas clara y pu
ra sangre de las arterias de la qual se
alientan los miembros principales, por
lo qual los que vsan demasiadamente
este acto y exercicio, salē descoloridos
y flacos, mas que si quarenta vezes se sa
cassen otra tåta cantidad de sangre, co-
mo lo dize Haliabas en el. 5. de su theo-
rica

rica cap.36. por lo qual los q tienen mu geres muy hermosas, guardẽse y aduier ta quãto pueden errar si se dá a ellas en demasiá, porq a bien librar vernã en la vejez a tener gota artetica, perlesia, mal de neruios, como lo dixo Hippo.6.aph. y Gal.ẽ sus com. y Ras. en el libro de las diuisiones cap.120.

CAPITVLO

4. En el qual se demuestra que tiempo del año sea dañoso para el coyto y aque complexiones mas dañe.

COMO dixo Haliabas en el.5. de su theorica, todos los hombres de fria y seca complexion, en especial si tie nen los compañones o testiculos de esta complexion, y los melãcolicos magros, secos, flacos, delgados, đ vn color verde y blãco, o de vn color encendido, como de açafran, son ineptos e inhabiles para el coyto, porque todos los đ esta suer te tienen poca simiente, y si se dan al tal

acto

acto se debilitaran, y su calor natural se apocara, y sus neruios se relaxaran, y les sobreuerna temblor y dolor en el coraçon, defecto de gana de comer, gota artetica, passion de pecho y pulmones, y si mucho le vsaren consumirse han, y vernales espasmo. Finalmente se haran viejos antes de tiempo. Lo qual dixo Auicena en sus canticos en el texto del commentario. 19. pues dixo, *coitus nequaquam conceditur macris, senibus, aut debilibus*, lo mismo dixo Auerroes en el quinto de su colliger, y por esso dixo Rasis en el quarto de Almansor capitulo diez y siete, adonde affirmo que todos los magros se guarden del coyto, como del enemigo, y los que son cõualescientes de enfermedad, los de neruios flacos, y los que tienen flaqueza de estomago, y los que tienen poca gana de comer, y los que tienẽ piedra de vexiga y riñones, especialmente se deuen guardar del en tiempo de octoño, porque es tiempo desigual, y que declina a seque-

a ſequedad y frialdad, y es tiempo mor tal,como lo dixo Galeno enel.3. de los aphoriſmos.aph.23. y Ariſtoteles en el principio de ſus proble. problema. 27. ſemejantemente ſe deuen guardar enel eſtio annque no tanto como en el octo ño, empero mas oſadamente le pueden vſar enel inuierno y verano,alomenos en el verano, porque en tal tiempo las fuerças corporales eſtan mas robuſtas y entre las complexiones,mas facil mente que todos toleran el coyto los hombres templados que declinan a calientes y humedos, y tras eſtos los humedos y los flematicos, pero muy mal los ſecos, y mucho peor los ſecos y frios.

CAPITVLO

5. A que cõplexiones y naturalezas de hombres mas conuẽga el coyto mode rado, y a quiẽ menos haga daño el deſ moderado y deſordenado, y q̃ hõbres ſeã aptos para caſados,y q̃ hõbres no.

Por

POrque no pocos hombres,los quales a su parescer eran robustos y biẽ acomplexionados parà el debito quoti diano,empero despues de casados dende a pocos dias por el quotidiano vso de la luxuria perdieron el color y se enflaquescieron y tornaron magros,y enfermaron,yno pocos murieron,por euitar no les vengã y acaezcan estos daños,e inconuenientes,tengo por bien de poner ciertos auisos, para que de oy mas no incurran enellos,y para que entre si tomẽ parescer sise podrã casar sin detrimẽto đ su salud,y para ꝗ no se engañen pẽsando q̃ son fuertes y bastantes para este quotidiano debito. Pues sea el primero auiso,q̃ todos aq̃llos q̃ fueren de cuerpos robustos ygruessos,y đ mucha sangre,y q̃ tienẽ venas anchas, y q̃ son colorados,o de color rubicũndo, y que tienen muchos pelos y vello,y que son caliẽtes y humidos,todos estos son abiles y promptos al coyto, y por el consiguiente para ser casados, como lo dixo

Galeno en el . 6 . de sanitate tuenda, y Aristoteles en el . 4 . de sus problemas, problema. 27. La razon es porque son de mucha simiente. El segundo auiso es de parte de la edad, porque aquellos son aptos mas que ningunos que fuerẽ mancebos o jouenes de veynte y cinco años hasta treynta y cinco, y aun hasta quarenta, porque los moços de veynte y cinco años en abaxo son menos aptos para ello, porque aun no hã crescido ni embarnecido todo lo que deuen, y son diminutos y flacos, ni mas ni menos no son bastãtes para ello los que son de quarenta años en arriba, que es la edad de cõsistencia y mucho menos en la ve jez, que es desde cinquẽta y cinco años, por lo qual desuarian los viejos en se ca sar, porque toman mugeres para otros, como lo dixo Haliabas en el quinto de su theorica.cap.36.y aunq̃ el demasiado coyto daña a los machos, no empero a las hembras, sino muy poco, porque en la tal obra trabajan poco. Finalmente el

coyto

coyto es conuenible a los mancebos dẽ đ los veynte y cinco años, hasta los quarenta, y q̃ sean varones de carnes gruessas, y de vn color roxo escuro, porque este tal color significa predominio de buena sangre y abundante, porque el varon que es de vn color roxo claro significa abundancia de sangre subtil y delgada, y a este tal no es tan conuenible el coyto, como al roxo escuro, pero a los que son de vn color blanco no les conuiene el coyto, ni el casamiento, porque la blancura significa auer poca sangre y mucha frialdad, como lo dize Auicena en la segunda del primero Doct. tertia. cap. 3. tampoco les conuiene a los citrinos, aunque a estos mas que a los blancos, porque tienen calor y colera, al fusco o negro no le conuiene tampoco, la causa segun Auicena en el lugar allegado, es porque el tal calor significa vehemente frialdad por la qual se desminuye mucho la sangre y se congela, y ansi aquella

poca sangre congelada, tira a negro, y muda el color del cuero. Finalmente, el que fuere roxo escuro, que llamamos colorado, es mas apto para el tal acto, y no tanto el roxo claro que llamamos bermejo. El bláco y el negro son de mucho peligro para la tal obra de engendrar, empero como dize Galen. enel.2. de sanitate. Despues del exercicio, o trabajo se deue dar a beuer y comer: despues se deue dormir, y despues del sueño se deue vsar el coyto.

CAPITVLO

6. En que tiempo del año, y en que hora mas conuenga el debito, o coyto.

ALOS mancebos y bien fornidos y colorados, como diximes, cõuiene el coyto, o debito, y no en todas horas, ni en todos tiempos, porque ansi como el octoño por ser tiempo desigual, declinante a seco y frio, es dañoso para el tal exercicio venereo. Ansi por el cõtra-

trario, el verano es tiempo idoneo y cõ uenible para ello, alomenos es menos dañoſo para los que lo exercitã deſmo deradamente, o para los flacos y ſecos. Porque ſegun Hipocrates en el tercero de los Aphoriſmos, el verano es vn tiẽpo muy ſaluberrimo y no mortifero. Y Galeno enel commentario dixo, que era el mas ſano de todos los tiempos, porque es mas templado, y enel primero de temperamentis dixo, que errauan los que diziẽ que el verano era tiempo caliente y humido, pues es tiempo tem plado, empero enel primero de arte curatiua ad glauconem dixo, que era caliẽ te y humido, como es la ſangre en noſotros. Lo miſmo dixo Ariſtoteles enel quarto de ſus problemas, problema. 31. Porque dixo, que eneſte tiempo ſe acre ſcentaua el calor natural, y las operacio nes naturales erã mas perfectas y robuſtas. Empero el Conciliador conciliando eſtos lugares dixo en la differencia. 66. que el verano comparado a nueſtros

cuerpos es templado, empero compara do alos otros tiempos, es caliente y hu mido. Pues boluiendo alo que tractaua mos, enel verano conuiene mas el coyto que en otro tiempo, porque eñste tiẽ po la fuerça del cuerpo es mas robusta, y el calor mas templado, y tambien con uiene bien enel inuierno, como lo dixo Galeno enel. 1. de arte ad glauconem, y Auicena en la segũda del primero, por que eneste tiempo el calor natural se en cierra adentro, y se vñe y ayunta, por lo qual la digestion se obra muy bien, y porende apetesce mas el alimento, como lo dixo Galeno enel primero de los Aphorismos. Por el contrario no conuiene enel estio, antes es muy dañoso, por auer poco calor natural, y estar las fuerças flacas y disoluidas por el mucho calor circũstãte, y poresso se deuen guar dar eneste tiempo del tal exercicio venereo. Empero las mugeres mas se encienden en luxuria eneste tiempo, y le pueden exercitar cõ poco offensa suya,

como

como lo dixo Hesio. en sus ergis ansi.
Flagranti temporis æstu
Fæmineo venus est vsu magis effera sexu
Mitior illa viris,& sæpe excita relanguet.
Y en tãto grado noles daña q̃ aya dicho Hipo. eñl lib. đ semine genitali, q̃ si muchas vezes se ayũtaren al varõ, mas valdrã en su salud y por cõtrario, se offenderã mas los varones. Pues dize Plinio en el lib. 7. đ sũ natural historia, auer muerto repẽtinamẽte dos varones patricios, o hidalgos eñl acto dela luxuria. La rãzõ es, porq̃ los varones tienẽ los testiculos, o cõpañones pẽdiẽtes, los quales cõ el calor del estio se enflaquescẽ y resueluen en su virtud, especialmente, q̃ en respecto de los delas mugeres son mas calidos y secos, y ayũtado vn calor a otro, haze mayor resoluciõ. Empo las mugeres tienẽ los testiculos adentro, y su virtud no se resuelue ni enflaquesce, antes se fortifica mas, porque se vñe y encierra mas adentro, y por esso tienen mas fortaleza enel coyto en tiempo de estio,

al contrario es enel inuierno, porque co
mo las hembras ſean frias y humidas,
con la frialdad del tiempo ſe enflaque-
ſce y reſuelue ſu virtud genital, y ſu ap-
petito ſe deſminuye, y enlos varones ſe
fortifica. Eſta tal obra es muymas daño
ſa enel octoño, por ſer como diximos
arriba tiempo ſeco y frio. Empero en
quanto toca a la hora del dia, ſe deue
ue dezir del tal acto lo que delos exerci-
cios, pues no conuiene immediatamẽn
te deſpues de replecion, ni de euacua-
ciõ, ni en ayunas, como lo dixo Haliab.
enel.5.de ſu Theorica, cap.36. Porque ſi
ſe vſare immediatamente deſpues de re
pleciõ, ſe ſeguira gota artetica, dolor de
muſlos, opilaciones, generaciones ꝺ̃ hu
mores grueſſos y crudos, y finalmente
hidropeſia, aſma, tẽblor de todo el cuer
po, como lo dize Auicena en ſus canti-
cos, text.155. y como lo dixo Haliabbas
enel lugar allegado. Empero ſi ſe haze
en ayunas, o con hambre, o deſpues de
alguna euacuacion, como de ſangria, o
de

de fluxo de vientre, a despues de sudores, o al tiẽpo que tiene de hazer camara, o vrina, o despues de vaños, o trabajos, o tristeza, o despues de algun gran cuydado, o despues de velar, y mucho peor despues de vomitos. Porque si despues de alguna euacuacion destas se hiziere el tal exercicio venereo El calor natural se enfriara y mortificara, yla gana del comer se disminuyra, la vista se escuresccra, los ojos se sumiran, y algunas vezes acaescerá desfallescimientos y espasmos. Finalmẽte es peor despues de euacuaciõ, o en ayunas, que despues de replecion, y peor estando frios, que estando calientes, y peor estando desecados, que estando humedescidos, aunq̃ en ninguna destas destemplanças conuenga, como lo dixo Galeno enel. 3. del Tegni. Empero conuerna como lo dixo Auicena enel 20. del. 3. cap. 10. Antes de la hora dela euacuacion de las superfluydades, lo qual se deue entender antes que llegue la hora, enla qual se deuẽ

expeller las ſuperfluydades del vientre y vexiga, porque quando viene la gana de hazer camara, o de vrinar ya ha paſſado la hora del coyto. Lo qual ſe pareſce por lo que el miſmo Auicena dixo enel capitulo. 2. del miſmo lugar allegado, adonde dixo. *Et oportet ne coitus fiat neceſsitate fecis aut mingendi mota neque cũ exercicio, & motu neque poſt fortem animalem paſſionem.* Finalmente conuerna la tal obra de Venus, quando y al tiempo que la comida deſcendiere del eſtomago al vẽtriculo, y quando ſe acabare de hazer la primera y ſegunda digeſtion, y quando la tercera que eſta en las venas eſte medio cumplida, como lo dixo Auicena en el lugar allegado, cumpleſe la primera y ſegunda digeſtion, y empieçaſe la la tercera comummẽte deſpues del primer ſueño de la noche, como lo dixo Galeno en el ſegundo de Sanitate tuenda. *Venusque ſomnum ſequi debet. &c.*

Cap.

CAPITVLO 7. de que cosas se deuē guardar los religiosos y varones que quieren guardar la castidad.

PORQVE muchos religiosos y sacerdotes puedan con facilidad sin molestia alcançar perfectamente su intencion de guardar castidad: y porque por causa de no saber quales cosas sean las que promueuen, e irritan a luxuria, y quales las que mortifiquen y desminuyā esta concupiscēcia, tengo por biē eneste capitulo poner por resoluciō las cosas de que se hā de guardar, o las que deuen elegir. Pues luego los que quisieren, o dessearen guardarse del coyto y luxuria, deuen euitar y quitar las causas que la irritan y promueuen, pues de otra manera puestas las causas que lo mueuen, e irritan, de necessidad se ha de seguir effecto. Las causas principales q̄ irritan a luxuria son. La primera vento

siidad,

ſidad,o flatuoſidad,la qual cauſa erectiõ La ſegunda es, la ſuperfluydad de la ſimiente,la qual incita,y fuertemẽte pro mueue a ſer deſpedida y alãçada ſin detenimiento alguno,eſpecialmente, ſi la tal ſuperfluydad es mucha en quãtidad porque deſtas dos cauſas ſe manifieſta la tentacion y deſſeo de luxuria,lo qual como lo vea el Demonjo,pone enel pẽſamiento coſas torpes,acreſciẽta el deſſeo delas mugeres,y otras coſas abominables a los religioſos. Eſta tentacion acomete muchas vezes a muchos,corrõpe a los flacos, y los mas fuertes y bien armados,y que varonilmente reſiſten,a penas, y con difficultad ſe eſcapan. Lo qual no acaeſceria ſino admitieſſen aq̃llas dos cauſas,conuiene a ſaber. Ventoſidad,yſimiẽte, Empero algunos redarguyran diziendo. Que el engendrarſe ventoſidad y ſimiente,no es en nueſtra mano, pues no podemos impedir y eſtoruar a la naturaleza, para q̃ no obre ſus effectos. Porque pongamos por caſo,

ſo,que Clodio tiene los riñones calientes, y los teſticulos, o compañones de la tal ſuerte,que attraen mucha ſangre y la conficionan ybueluen en ſimiente, como podra eſte tal impedir y eſtoruar la generacion de ventoſidad,y de ſimiẽte? A lo qual ſe puede reſponder,q̃ aquel tal calor de los riñones y teſticulos, agora ſea natural, agora ſea accidental, ſe puede refrenar y mitigar cõ coſas frias anſi pueſtas por d fuera, como tomadas por dedẽtro, eſpecialmẽte eſtando el decubito,o poſtura hazia arriba, q̃ ſe dize ſupino decubito,y en romance comun echarſe papo arriba,y la blandura y delicadez de la cama,y el calor. Pero quales coſas frias conuengan, lo dira el medico eſcogido ſegun ſu ſabiduria, porq̃ applicara coſas frias, ſegun la complexion y calor de cada vno,y ſegũ la propriedad y diſpoſiciõ đ ſu cuerpo. Comũ mente,como lo dixo Galeno enel. 6. de ſanita. Conuiene exercitarſe enlas partes do arriba,quiere dezir,que ſe exercite

ten los braços y se refrieguen,y despues del baño se vnten los lomos con azeyte omphancino y de mēbrillos, o rosado, añadiendoles vn poco de cera,porq̄ no se corrā, y despues de ansi quajados lauarlos con çumo de alguna yerua fria, como es de Siēpreuiua, de yerua Mora, de Zaragatona,del abrojo, del Poligono,de la verdolaga, aunq̄ no despide su çumo la verdolaga facilmēte, y por esso sera bien quādo la majā echar vnas gotas de agua. Despues de vntados con este encerado, pongā encima hojas de ruda,o de agnocasto: enfria tābien los lomos sin daño el cozimiento dela alegria,y dixo q̄ a vn hōbre del pueblo que sintie grā tētaciō d̄ la carne le mādo poner vna plācha de plomo sobre los lomos,y se le quitarō las tentaciones dela luxuria,y q̄ se guardē del çumo d̄la Mādragora,y adormideras,y de dormir sobre ellas,y q̄ aprouecha mucho pa esta tentaciō dormir sobre rosas. Esto todo dixo el Gale.enel lugar allegado. Pues

luego

luego,los que padesciere semejãte tenta
ción,vsen de tegumento tẽplado, el ꝗl
pueda disminuyr, y apocar la sangre ca
liente yaguda;disminuyrse ha la sangrẽ
euitãdo la superfluydad đ mãjares, por
ꝗ como dixo Aristo.enel.10. de sus pro
blemas,problema.47.Enla repleciõ cõ
siste la luxuria, especial si la tal repleciõ
fuere de buenos mãjares.mayormẽte si
de suyo son multiplicatiuos đ esperma,
como son las carnes de palominos,đlos
gorriones,del cabrito,y sus semejantes.
Y porende dixo Auicc.enel.20.del.3. c.
21.Los mejores mãjares para multipli-
car esperma,son las carnes del cabrito
macho y gordo,y la carne đ oueja,ylos
garuãços,y cebollas,y tambien hueuos
frescos tremulos,y peces guisados y prẽ
parados cõ especias aromaticas, como
agẽgibre,pimiẽta,galãga,y cosas vento
sas.La razõ desto pone el Gale enel.5. đ
las medicinas simples , adonde dixo.
Las cosas que prouocan a esperma, son
las cosas que abren y penetran el calor,
de las quales es de tal manera, que no

deseca. Desta manera son las especias aromaticas que emos dicho, y porende prouocã y llamã la luxuria, y de la misma manera prouocan a luxuria, las cebollas, las hauas, los garuanços, la heruala que se dize Enula, pero estas cosas mueuen luxuria, porq multiplican ventosidad. Tambien el anis, el hinojo, las almẽdras, las auellanas multiplicã esperma, y el vino fuerte y dulce, enel qual esta la luxuria, como lo dize sant Pablo y Aristoles eñl.3. delos Problemas, problema.1. dixo. *Vinũ venereos facit*. Y Ouidio enel de remedio amoris. *Vina parant animos Veneri &c* Tambien se euiten las yeruas calientes, como la oruga. La mẽta, o yeruabuena, y Auicena dixo enel cap.36. fœn.20. las cosas que ayudan al coyto, son los manjares calientes y agudos y ventosos, como son los garuãços, las vuas, las yemas de los hueuos, el viuo nueuo, el qual tiene propriedad de multiplicar esperma.

¶Cap.

CAPITVLO

6. que es lo que deuen hazer los que quierē no ser molestados, ni fuertemente tentados de la carne.

YA diximos arriba, y en el capitulo passado, que cosas deuē obseruar los que quisieren conseguir y alcāçar el voto de castidad, y entre las cosas que contamos, pusimos por mas principal que vuiesse abstinencia de manjar y beuida; porque no se engendrasse superfluydad de esperma; porq̃ la esperma no es otra cosa sino lo superfluo de la quarta digestion: la qual se haze y effectua, quando el cibo o nutrimento se desparze y derrama de las venas en los miembros despues de ya cumplida la tercera digestiō En fin, es vn humor cercano a cierta cosa quajada y congelada, dela qual se mātienen los miembros solidos, como lo dixo Auicena en el. 20. del. 3. cap. 3. la qual humedad spermatica se secara y consumira cō el ayuno, y la hābre, las quales

cosas debilitan el cuerpo, y ni mas ni menos se consumira có el trabajo fuerte, por el cótrario se multiplicara y cresccera con la ociosidad y vida holgada de contino, como lo canto Ouidio poeta singular en su primer libro de remedio amoris, diziendo.

Ergo vbi visus eris nostra medicabilis arte
Fac monitis fugias ocia prima meis.
Hæc vt ames faciũt, hæc, quæ, fecere tuentur,
Hæc sunt iocundi causa cibusq; mali
Ocia si tollas periere cupidinis arma.
Contemptęq; iacent & sine luce faces.
Quam platanus riuo gaudet, quam populus vnda
Et quam limosa canna palustris humo.
Tam venus ocia amat, &c.

¶ Dize, quando te parefciere q̃ por nuestra arte te puedes remediar, procura te amonesto, de euitar la ociosidad, porq̃ la ociosidad es causa que ames, y te sustẽtara en el amor que te causo, porque esta y el manjar demasiado, son causa

de

de aquel agradable mal de amor, y si quitares y euitares la ociosidad peresceran las armas del dios Cupido, y sus llamas cayran menospreciadas y sin resplã dor. Porque ansi como el platano se goza con el rio, y el alamo con las ondas, y las cañas laguneras cõ el barro mojado, ansi ni mas ni menos la luxuria, o venus ama la ociosidad, Pues luego los q̃ quisierẽ no ser fatigados dela luxuria, esten en continuo exercicio, y acuerdẽse q̃ hã de morir, y piensen en las penas del infierno, hiriẽdo su cuerpo, como lo hazia Sant Hieronymo y otros sanctos, pues con estos remedios no se sentira tentacion o ya que se sienta, sera muy mas pequeña, como lo dixo Auice. enel. 20 del 3. ca. de aluminiati, adonde dixo, la cura que conuiene, es de aquello que quebrã ta su desseo y apetito, como es la triste za, la hambre, el velar, las carceles, las heridas y golpes, porque estos son mucho mejores remedios que no las

medicinas que resueluē y desecan o mitigan tal encendimiento, quales son la simiente del agno casto, y de la ruda, de los cominos, y de otras cosas semejantes que calientan y desecā, o quales son el culantro, la cauphora, l.s quales mitigan el heruor de la luxuria enfriando y congelādo el calor natural, porque aun que estas cosas sean remedios para el heruor de la luxuria, empero son por otra parte dañosas para la salud corporal, porque las vnas desecan demasiado y las otras mortifican el calor natural, Allende de este el remedio que se da para la luxuria đ andar los pies descalços, dormir sobre cosas frias y humedas, es vn remedio muy pernicioso y peligroso para la salud corporal y muy perjudicial para la vida.

CAPITVLO

.9. que tracta de los vaños que cosa sean y que condiciones ha de guardar el que vuiere de entrar enel vaño.

Por

POR QVE muchos tienen costũbre de se vañar, y en muchas tierras ay costumbre ordinaria de vaños, quiero en este capitulo tractar algo de ellos, porque el que esta acostũbrado a ellos es le muy necessario y vtil continuarlos. Pues digo que el vaño segun el Conciliador dist 128. no es otra cosa sino, vn cuerpo liquido subtil que occurre y cerca a la redonda todo el cuerpo y le altera, y ay tres differencias del, porque vno es el vaño del ayre que llamamos estufa, otro es el vaño de agua caliente y tibia, otra es el vaño de agua fria. No tractaremos agora sino del vaño de agua, y primero del de agua caliẽte, Del qual ay muchas vtilidades y prouechos si fuere de costumbre y se aplicare deuidamente, como deue, ansi lo dixo Auicena en la. 3. del. 1. doct. 2 cap. 5. adonde dize, los prouechos q̃ obra el vaño, son conciliar sueño, abrir, raer, digerir, resoluer, atraer el mantenimiento, o nutrimento a la superficie del cuero, quitar

 la

la ſuziedad e immundicia del cuero, y finalmente alimpiarle, renouar y humedeſcer el cuerpo, abrir los poros, deſminuyr la repleciō, reſoluer la vētoſidad, adelgazar y ſubtilizar los humores, aplacar los dolores, eſtreñir el vientre, quitar el cāſancio, y p̃parar el cuerpo ꝑa los manjares, como lo dixo Haliab. en el. 5. de ſu theo. c. 13. Auice. y Auerroes en los cāticos. cō. 152. y en ſu. 6. đ colliget. Finalmēte ſe deuen guardar y obſeruar ocho cōdiciones para q̄ el vaño haga todas eſtas vtilidades. La primera es como lo dize Hyp. 2. de vict. acut. q̄ el q̄ vuiere đ entrar en el vaño, ha de ſer ſano y acoſtūbrado a el, porq̄ ſi el tal le dexare offēder ſe a. La ſegunda condicion, que ninguno q̄ eſtuuiere repleto, quiero dezir lleno de muchos humores entre enel, ni el q̄ eſtuuiere cachochimico, quiero dezir, lleno de corrupciones y ſuperfluydades vicioſas, porque con el vaño no ſe alteren los humores y cauſen enfermedad, porque como dize Auice. enel. 4. del. 1.

cap.

cap.17.el vaño suele hazer q̃ los humores bullan y se mueuã y se derramẽ por el cuerpo. Finalmente, como dize Haliabas en el.5.de su theorica capitul.13.muchas vezes los humores malos y viciosos que estan en algun miembro, con el vaño se derriten y corren y se juntan con los buenos humores, y los inficionan y dañan, y porende vienen muchas enfermedades, por lo qual estando el cuerpo lleno, o vicioso, no se deue vañar hasta que los tales humores se digieran y euacuen, tambiẽ lo dixo el Galeno en el. 1. de arte curatiua ad glaconem, y en el.5.del metho. La tercera cõdicion que ha de guardar el que se vaña, es acerca dela hora del vaño, porq̃ ninguno se deue vañar antes del exercicio acostũbrado, como lo dixo Halia.en el lugar allegado, porq̃ como, el dize, el vaño antes del exercicio, embia las superfluydades d̃l mãjar a los miẽbros indigestas e crudas, derrite los humores y superfluidades y hazelas correr a los miembros

deue hazer al tiempo de la hambre, como lo dixo Auicena en el lugar allegado, pues dixo, quando los que estan ayunos y vazios entran en el vaño con vehemencia se desecan y enmagrescen y enflaquescẽ. La. 5. condicion es, que en el vaño ni coman ni beuan, aunque muchos hagan al contrario, lo qual amoneſto hyppo. enel. 3. de victu acutorũ, porq̃ no se siguan los daños dichos enla. 4. cõdiciõ. La sexta cõdicion es acerca de la tardãça o espacio de tiẽpo q̃ se ha d' estar enel vaño, pues no ha de auer enel luẽga tardãça, porq̃ se resoluerã y debilitaran las fuerças y se mouerã sudores y algunas vezes acaescera sincopi, q̃ es desmayo o fallescimiẽto, porq̃ se calẽtara el coraçõ demasiadamẽte, dedõde succedera tal desmayo, como lo dixo Aui. 2. 1. doc. 2. c. 19. En fin la mucha tardãça en el vaño debilita el coraçon causa desfallescimiento y ascos, y remueue los humores y aparejalos a corrupciõ y hazelos declinar a los vasos de los miẽbros flacos en

frio, especial si es inuierno, y dixo en la. 3. del. 1. Doct. 2. cap. 7. que el que el hombre gordo no coma luego despues del vaño, sino que se espere vn poco, y luego duerma vn rato, estas condiciones deuen guardar los que se quisierē vañar, porque de otra manera mas daño se hará que prouecho.

CAPITVLO

9. Del vaño de agua fria y de sus vtilidades y prouechos, y quienes se ayan de vañar en el, y en que tiempo y hora.

HAN se de guardar tantas cōdiciones en el vaño de agua fria, que tengo por mejor que nadie vse del, porque si puntualmente no se guardare esto que emos de dezir muchos cayrá en enfermedades y dolencias graues y diuturnas, por lo qual, ó lo dexen del todo, o guarden estas reglas que aqui se escriuen, dezimos pues que la agua fria, en la qual se deue hazer el vaño, no ha de ser muy fria, sino medianamente, porque la muy fria no puede hazer lo que la moderada, que

q̃ es refrefcar y humedefcer,y no elar y cōgelar. E el que vuiere de entrar en tal vaño ha de fer vn hōbre de buen regimiento en fu comida,y no deue eftar al terado del dia o de la noche de antes,ni ha de eftar trifte fino alegre, no deue fer viejo ni muchacho,alomenos no abaxe de catorze años,q̃ es la mitad delquarto feptennio,como lo dixo Gal.en el.3. de fani.tuen. La razō es porq̃,dize,q̃ les detiene no crezcan, ni ha de fer flaco,o de pocas carnes, porq̃ les penetrara prefto el frio del vaño,hafta los miēbros princi pales,y fu calor natural fe les mortificara, En fin para q̃ nō dañe deue de fer de veynte y cinco años de cuerpo bien for nido y carnofo,y deuefe vañar en tiempo de eftio en dia muy calido que no fea vētofo, y en la hora del dia mas caliente q̃ es el medio dia, y no deue fer defpues de acto venereo, ni defpues de trabajo, ni defpues đ vigilias,ni defpues đ vomitos,ni defpues đ fe auer purgado,y deue primero vfar de fricaciones ygualmēte

por

por todo el cuerpo,lasquales se hagã cõ
lienços asperos, y despues se deue vntar
cõ azeyte,ydespues se deue exercitar cõ
sus exercicios acostũbrados ygualmen-
te, y luego de repente deue entrar enel
vaño de agua templadamente fria cõ el
qual se refrescara y humedescera,yse ca
lientara jũtamente, aunq̃ esto sera acci-
dentalmente porq̃ atapãdo los poros ha
ra huyr el calor a dentro, Por lo qual si
como dezimos,el q̃ se vañare fuere car-
noso y mãcebo,el tal vaño frio le ayuda
ra a la digestiõ, aunq̃ se haga luego des-
pues de comer,porq̃ el calornatural ahu
yentado adẽtro se fortificara, y le esfor-
çara la virtud de los miẽbros, como lo
dixo Haliab.enel.5.de su theo.c.13.Final
mente primero se deue refregar cõ lien
ços,y despues con azeyte,ydespues se e-
xercite mucho mas velozmente q̃ antes
y despues entre en el vaño de agua fria
tẽpladamẽte y no tibia ni elada, porq̃ la
vna resfria demasiado,y offende al q̃ no
esta acostũbrado, y la otra no repercute
el ca-

el calor en saliẽdo del tal vaño deuese re
fregar cõ azeyte muchas vezes, hasta q̃
el cuerpo entre ẽ calor, y luego deue co
mer mas q̃ beuer, porq̃ d̃l tal vaño mas
apetescẽ y mas digierẽ, y menos sequia
hã, y como dize Auic. enla. 3. del. 1. doct.
2. c. 6. ha d̃ hazerse el vaño de agua fria,
porq̃ ansi se tornarã los miẽbros de fue-
ra mas rezios, y tornara el cuero mas es
peso y duro pa resistir sin offẽsa a las co
sas exteriores, deue el q̃ vuiere de vañar
se, entrar de repente en el vaño, en vn
momento pa q̃ ygualmente se remojen
todos los miẽbros, porq̃ si entrare poco
a poco causarse ha rigor e frio, y deue e-
star tãto el vaño quãto lo pudiere sufrir
antes q̃ vẽga algũ rigor, o antes que se es
peluzne, y en saliẽdo del vaño se deue re
fregar todo con muchas manos vntadas
de azeyte, y ha se de refregar hasta que
el cuero se pare caliẽte, y hã le d̃ dar mas
a comer delo acostũbrado y menos a be
uer, porq̃ enel vaño frio mas gana ay de
comer que de beuer, y mas se digiere
despues

despues a la mañana bueluan a su exercicio acostumbrado, esto dixo Galeno y Auicena en los lugares allegados.

CAPITVLO

8. Que cosa sea sueño, y como sea necessario y dende proceda, y como conuenga para bondad de digestion.

PORQVE, como dize Gal. en el. 3. de causis pulsuũ, si del sueño se quitare esta vtilidad q̃ es ayudar a la digestiõ por causa del calor natural, recõcẽtrado y vñido a dẽtro en muy poco differira d̃la muerte, porq̃ tiene todas las operaciones semejãtes del muerto, q̃ es no ver, ni oyr, ni sentir, ni mouerse, y por esso allego a Homero q̃ dixo, q̃ el sueño es hermano de la muerte, lo mismo dixo Virgilio en el 6. de su Aeneida, ansi

Est consanguineus lethi sopor, e Ouidio
Stulte quid est somnus gelidæ nisi mortis imago,

¶ Pues luego, como es opinion de Aristoteles en el libro de somno et vigilia, y de todos los medicos, el sueño no es otra cosa sino vna reciprocacion o reuocacion del calor natural, y de

y de los ſpiritus vitales a dẽtro para q̃ ſe
digiera o cueza el mãjar enel eſtomago
jũtamẽte cõ vna quiete o ceſaciõ del ſen
timiento y mouimiento del animal por
la impotẽcia o paſsion del principio del
ſentir y mouer,q̃ es el primer ſeſsitiuo o
celebro.como lo dixo Gal. del pareſcer
đ Ariſto.enel.3.de morbo & ſintomate.
Finalmẽte enel ſueño, huelga la virtud
animal q̃ es la q̃ ſiẽte y mueue, y confor
taſe la natural q̃ es la q̃ haze la digeſtion
y nutricion,como lo dixo el Gal.enel.4
de morbo et ſynthomate, es neceſſario
para la reſtauracion de los ſpiritus vita-
les e animales,y đl calor natural,las qua
les coſas ſe diffundieron e derramaron
por el cuerpo a las ptes de a fuera. Porq̃
por el mucho exercicio no pereſcieſſen,
y porẽde no faltaſſe la vida, fue neceſſa-
crio ſolamente obraſe el calor natural,a
cerca đ la digeſtion del mãjar. Finalmẽ
te es holgãça del cuerpo fatigadoy đ los
ſentidos,yeſta es la cauſa final del ſueño
la cauſa efficiẽte,es el calor natural q̃ eſtá
ẽ el coraçõ,yla formal,es la reuocaciõ đl
calor

calor y espiritus vitales a las partes de dentro, la material es vapor que sube d̄ los manjares y humores al celebro el q̄l se condensa y resfria dela frialdad del celebro y se haze graue y pesado, y cayendo abaxo, causa q̄ calor de los miēbros principales se meta adentro.

CAPITVLO

II. quales sean las vtilidades y prouechos del sueño templado y de sus daños quando es desmoderado y superfluo.

YA diximos, que enel sueño descansaua la virtud animal a cerca d̄ su sentido y mouimiento, y q̄ solamente obraua el calor natural en el ventriculo acerca de la digestiō del manjar, y que estas erā las principales vtilidades del sueño. Dezimos pues tambien, que allende desto, si el sueño fuere templado, calienta y humedesce, especial es muy conuenible a los viejos, porque cōserua enellos su humidad, quita el trabajo, e cāsancio

dl cuerpo y de la anima,porque haze el entendimiẽto subtil y aclara la razõ y la memoria cuezense enel las crudezas,y e indigestiõ esdel estomago,mitiga y apla ca el dolor de los miẽbros, rebládesce y regala los miẽbros desecados cõ la vigilia y cuydado, Ayuda al sueño el espacio de la noche y su escuridad, para q̃ se cũpla la digestion, porq̃ estas dos cosas ayudan a que el sueño se haga mas pro fundo, y q̃ el calor natural se fortifique mas. Esto dixeron Gal. enel lib. de solu. conti. Ras. enel .4. ad Almans. c.3. y enel 25. del conti. c.1. y Auerro. enel .2. de su colliget. Finalmẽte el sueño se deue hazer dspues de comer y beuer, y despues que los manjares hã descendido al fondon del vientre, para que mejor y mas perfetamente se haga la digestion, por la qual la virtud animal se repare, vel calor natural se fortifique, la comida y beuida se conuiertan en sangre, y no se corompan. Empero si el sueño fuere excessiuo y superfluo, humedesce y resfria dema-

demasiado el cuerpo, y agumenta la fle ma, enflaquesce el calor natural, especialmente si se hizo estando el cuerpo vazio, haze botos los sentidos, causa enfermedades frias y romadizo y pesadũbre de cabeça, especialmente a medio dia, porque corrompe la memoria, hazese el cuerpo perezoso y pesado para el mouimiento, hinchese la cabeça de humores, relẽtecese la vida, y hazese tenebrosa, y amatase el calor natural como el fuego en la ceniza. Finalmente haze el cuerpo y cabeça pessados. Ansi lo dixeron Rasis enel quarto de Almãsor, capitulo tercio, y Auerroes enel segundo de los canticos. commen. 28. y enel sexto de su colliget.

CAPITVLO 12. a que hora se deue dormir, y y en que disposicion de cuerpo, y sobre que parte del cuerpo.

EL sueño no se deue hazer, en qualquiera disposició de cuerpo, ni qual quiera hora, porque no sobre euacuació en ayunas, o despues de exercicio, o vaño, la razon es, porque se disminuyra el calor natural, y se enfriara, y enmagrescera el cuerpo, porque como el calor natural no halle mãjar en que obrar para hazer su digestion, conuertirse ha sobre la sangre y la carne, y consumirlo ha, y porende los que son de estomago calido, y no han comido ni desayunado se a visperas, se paran flacos y magros y calidos. Finalmente, como lo dixo Ras. enel cap. 3. lib. 25. de su contin. por autoridad de Rufo. Si el sueño largo se sigue despues del mãjar, acrescentara el calor natural, y engordara el cuerpo, empero si se sigue despues del exercicio, o del vaño, o dela euacuacion, y en suma en la disposicion de cuerpo que no tomo mãjar, disminuyrse ha el calor natural y el cuerpo se debilitara, aunque no hara tãto daño enlos cuerpos frios y humidos

o flema

o flematicos. Empero ya que el sueño no se haga bien, sino despues del mãjar no se deue entender luego, e immediatamente, sino despues que el cibo, o mã jar aya descendido del estomago al viẽtre inferior, y se aya ay sossegado, y lavẽtosidad y pesadumbre se ayã disminuydo, y claramente se sienta que el mãjar y beuida se ayan çabullido, lo qual si se tardare, conuerna antes del sueño andar vnos passos pocos y tardos hasta q̃ el mãjar descienda. Esto dixo Rasis en enel.4.de Almanso.c.3.y Auice.enel.3. del.1.doct.2.c.7.adonde dixo. *Neque ilico post cibum assumptum dormiendũ antequam descenderit cibus ad fundũ stomachi.* Especialmente daña el tal sueño a los que tienẽ corta y flaca vista, como el mismo lo dixo enel.3.del.3. tratado.1.c.5. Pues luego ni conuiene en ayunas, ni luego immediatamẽte despues de replecion. Empero en quanto a la hora del dormir dezimos, que no conuiene a medio dia despues de comer, sino vuiere en contrario

coſtũbre, porque como dixo Auicena enel lugar allegado. *In die dormire malum eſt &c.* Dize, dormir de dia es malo, porque engendra enfermedades de humidad y romadizos, corrompe el calor, engendra baço, relaxa los neruios, cauſa pereza, debilita el appetito, engendra apoſtemas, y muchas vezes calenturas, y en la primera de tercero tractado, tercio .c.14. dize q̃ el ſueño de medio dia daña mucho, eſpecialmente a la memoria, y mucho mas ſi ſe haze ſobre replecion. La cauſa dello aſigno Raſis por autoridad de Paulo en el veynte y cinco de ſu continente, capitulo tercero, porque enel ſueño de medio dia no ay baſtante eſpacio de tiẽpo para poderſe cumplir la digeſtion, y todas las vezes que ſe interrõpe el ſueño antes del cũplimiento de la digeſtion, ſiguenſe regueldos azedos, y replecion de vntuoſidades del eſtomago, Y en ſuma ſe que dara vna indiſpoſicion luenga y llena d̃ peſadumbre. Finalmente ſegun delo dicho

cho se collige la hora idonea para dormir,es despues de cena,y no despues de comida a medio dia,que se dize,prādio, y no luego despues de cena,sino đspues de auer el mājar descendido al fondon del estomago,y despues de auer passeado suauemente,como assaz diximos arriba. Empero para lo que toca sobre ql lado se deue dormir, deuemos dezir, q̄ como aya muchas maneras de dormir, conuiene a saber,boca abaxo, o inclinado,boca arriba sobre el espinazo que se dize,decubito supino,sobre vno đlos lados,la cabeça en alto,como es quādo es la cabecera alta,o en silla: aquella manera de dormir sera la mejor,que empiece del lado derecho, y despues sobre el yzquierdo,o siniestro hasta que se acabe la digestion, y que despues de acabada se torne al lado derecho, de suerte que en el sueño no aya mas que tres mouimientos, porque si mas enel huuiere, estoruarse ha la digestion natural, y el manjar se bolçara y reboluera de vna

ee dormitionem. Y para que mejor se haga la digestion, deue el hombre dormir cu bierto con mucha ropa, y tener la cabecera alta, especialmente si el manjar no ha descendido dela boca del estomago, porque si la cabeça está alta, y lo de mas del cuerpo baxo, mas presto se despediran las superfluydades, y no es malo, co mo lo dixo Auic. enel lugar allegado, q̃ se empiece el dormir sobre el lado yzquierdo, porque ansi se traera grã ayuda a los sanos para que se haga la digestiõ, porque ansi se comprehendera y deter na y acrescentara el calor natural. Empero es cosa muy perniciosa y dañosa dormir sobre el espinazo, papo arriba, especialmente alos que suelen padescer epilepsia, que es gotacoral, o a los q̃ suelen padescer incubo, que es pesadilla, o apoplexia. Finalmente es vn decubito muy malo que engẽdra aquellas enfermedades, y mas frenesia, y catarros, y toses: y lo mas cierto es causarse pesadilla. La causa es, porque eñl tal decubito

ſe inclinã las ſupfluydades y humores a la parte poſterior, y ſe detienẽ ay y hinchẽ los vẽtriculos del celebro, y no ſe dſpidẽ por ſus canales acoſtumbradas, las quales eſtã enlas partes delãteras, como ſon las narizes, el paladar, los ojos. Eſto dixerõ Aui. Raſ. el vno. enla. 3, dl. 1. doct. 2. c. 9. el otro eñl. 25. de ſu contin. c. 3.

EPIGRAMMA MEDICAMENTI Cathartici Doctoris, Frãciſci Nuñecii Coriani, ad Sereniſſimum & Catholicũ Regem Philippum.

¶ Inuentum præſens morbis cõpluribus aptum
Auſcultare velis, magne Philippe meum.
Quod licet exiguum fuerit geſtamine rerum
Eſt virtute potens in medicando malis,
Naribus atque ori gratum minimeque moleſtũ
Euacuat ſuccos cum leuitate malos.
Sãguinis omne ſerũ bilẽque expurgat vtramq;
Viſcera confirmat triſtitia ſenſa leuat.
Febribus & morbo thoracis conuenit omni
Renibus atque vtero fert properanter opem
Diſſipat obſcure flatus, educit ichores
Atque hilares ægros euacuando facit.
Mel is arundinei, d uumque interpretis herbæ

Succorum libras sex cape lance pare
Succorumq; duas persarum adiunge rosarum
Sanguinē quas tinxit cæsus Adonis apro.
Et florum bellę, cum bos apparuit, Io
Adiicias quantum bis manus vna capit.
Et centū insignis quæ mittit pruna Damascus,
Qualia producii nunc Tagus adde libens
Hęc simul immisce Vulcano et decoque donec
Ex toto subsit porcio dimidia.
Quę colo transfunde alioq; in uase receptam
Obserua plures optime Burge dies.

¶Su romance en sonetos,

¶Gran Rey Philippo sacro y poderoso
ten por bien de escuchar attentamente
este compuesto mio prouechoso
para muchas dolencias, y clemente:
el qual aunque no sea copioso
en las cosas que lleua, ciertamente
para quitar el mal es valeroso,
segun se experimenta entre la gente.

Siendo apazible al gusto y al olfato
sin pesadumbre alguna, sin malicia,
saca el humor maligno, y el ingrato
de dentro de las venas sin porfia:
suele tambien sacar de rato en rato

La colera y trifte melancholia,
para males de pechos es muy apto,
para fiebres que vemos cada dia.

Defcarga los riñones con prefteza,
y tambien la matriz,expelle el viento
del cuerpo con occulta fubtileza,
el fuero de la fangre y corrimiento.
Toma vna efpefa miel que fe defteza
de vnas preciadas cañas,y con tiento,
pefa tres libras della con prefteza,
pues feran menefter para mi intento.

Toma anfi mifmo al tãto d̃los çumos
de la yerua que el dios Nieto de Atlãte
interprete hallo,dos delos çumos
dela rofa de Perfia rubicante,
cõ la fangre de Adonis, por fus humos
muerto enel bofq̃ moço y bien andãte,
fino que fiendo tierno, por los duros
montes,acometio la fiera errante.

Vn par da puños toma por entero
de las flores de Ifis la graciofa,
quando en vaca tornada fue primero
por Iupiter,temiendo a fu celofa
muger,y hermana,y a fu rigor fiero,
cien ciruelas tambien de la abundofa

Damasco añadiras,si bien pondero,
es facil de hazer,no graue cosa.
Estas cosas no mas en vno ayunta,
y en manso fuego puestas,cuegan tãto,
que la mitad se gaste en ygual punta,
Despues lo cuela junto,y guarda quãto
el espacio de vn año,se barrunta.

¶GLOSA.

Andromacho,y Philon,y Damocrates,y otros muchos antiguos ycelebres medicos escriuieron sus antidotos, y medicamẽtos en metros. Andromacho intitulo la composiciõ de su theriaca a Cesar Neron en verso elegiaco,Philon Tharsense su antidoto llamado de su nombre Philonio eñl mismo verso.Damocrates descriuio enverso iãbico,la yerua llamada Iberis,q̃ es admirable para la gota artetica, Y esto mismo hizieronlo por dos razones. Lo vno,porque mejor se encomendasse a la memoria.Lo otro, porque nadie pudiesse añadir ni quitar, por las q̃les razones quise cõponer en verso elegiaco esta confection hecha a manera de potion,o xaraue,enla qual experimẽte auer todas las operaciones que estan descriptas enel verso.Especial vi q̃ purgaua el suero

gre đ Adonis,el qual digo que fue muerto por sus humos,porq̃ tuuo demasiada osadia; pues siẽdo niño acometio a vn puerco enel bosque, del qual fue muerto,dize, que fuera bien andã te, sino acometiera a aq̃lla fiera, pues era amado de la Deesa Venus. Dos puños tambien de las flores,Isis,quiero dezir de las Violetas, las quales se dizen de Isis, o porque se llaman en Griego Ion,del qual nõbre se dixo Isis primero,y antes que fuesse a Ægypto,o porque quã do por Iuppiter fue tornada en nouilla,se apascento de la Violeta,pues fingẽ los poetas, que Io hija de Inacho,por su hermosura fue amada de Iuppitter, el qual la violo y comprimio, y porque no fuesse el adulterio conoscido de su muger y hermana Iuno,la conuertio en vaca y que Iuno sospechandolo,embio a Argos para que la detuuiesse y guardasse,lo qual sabido por Iuppiter embio a Mercurio para que se la quitasse a Argos, y que Mercurio por quitarsela le mato, y fuesse con la vaca huyendo a Ægypto, adonde,Io,se conuertio en su propria figura, y entonces se llamo Isis, y quedo por ydolo en aquella tierra. Dize tambien

bien que se tomen cient ciruelas de la abundo sa Damasco, que son las que se dizen Damascenas, y que todo esto se mezcle y jũte en vno y se ponga a fuego manso, y cuega hasta que se gaste y consuma la mitad d̄los çumos, y despues se cuele y se cõserue en vn vaso por espacio de vn año poco mas, o menos, Pues barrũtar en Español, no es otra cosa sino acertar poco mas, o menos por conjectura, danse del comunmente, quatro onças y media, y cinco, segun la edad y complexion y virtud de cada vno, puede darse sin preparacion alguna de xaraues, con solo buen regimiento, es esta que se sigue la recepta.

¶ De açucar muy blanco. De çumo de Mercuriales, de cada cosa seys libras.

¶ De çumo de rosas de Alexãdria. lib. 2

¶ De las flores de Violetas. Dos puños.

¶ De ciruelas Damascenas, en numero ciento.

¶ Cuega todo hasta que se gasten la mitad de los çumos, y cuelese, y guardese.

¶ DEO GRATIAS.

¶ En Madrid por Pierres Cosin. Año. 1572.